



T.C.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

ERİŞKİN SEPERASYON ANKSİYETESİ DÜZEYİNİN, BAĞLANMA BİÇİMLERİ
İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

TUĞBA KORKMAZ

YRD. DOÇ. DR. CEMAL ONUR NOYAN

İstanbul, 2017

T.C.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**ERİŞKİN SEPERASYON ANKSİYETESİ DÜZEYİNİN
BAĞLANMA BİÇİMLERİ İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

Tuğba Korkmaz

154102030

YÜKSEK LİSANS

TEZİ

DANIŞMAN: YRD. DOÇ. DR. CEMAL ONUR NOYAN

İstanbul – 2017



T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	: 154102030
Öğrenci Adı Soyadı	: TUĞBA KORKMAZ
Anabilim Dalı	: KLİNİK PSİKOLOJİ
Tez Danışmanı	: YRD. DOÇ. DR. CEMAL ONUR NOYAN
Tezin Başlığı	: ERIŞKİN SEPERASYON ANKSİYETESİ DÜZEYİNİN BAĞLANMA BIÇIMLARI İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI

Toplantı Tarihi	: 22.12.2017	Saati	: 11:00
-----------------	--------------	-------	---------

Öğrenci Savunmaya : GELDI

Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca tez bilimsel olarak incelenmiş, adayın tez çalışmasını sunmasının ardından, adaya tez çalışması ile ilgili sorular yöneltilmiştir. Yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,

OY BİRLİĞİ OY ÇOKLUGU

Yapılan savunma sınavında adayın başarılı bulunması sonucunda tez **KABUL** edilmiştir.

Yapılan savunma sınavı sonucunda tezin **DÜZELTİLMESİ** için ay **EK SÜRE** verilmesinin Enstitü Müdürlüğüne önerilmesi kararı alınmıştır. (en fazla 3 ay)

Yapılan savunma sınavının sonucunda tezin **REDDEDİLMESİ** kararı alınmıştır.

Savunmada Tezin Başlığı : Değişmedi. Değişti.

Tezin Yeni Başlığı :

Öğrenci Savunmaya : GELMEDI

Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca yukarıda belirtilen tarih ve saatte Tez Savunma Jürisi toplanmış ancak ilgili öğrenci savunma sınavına gelmemiştir. Adayın tez çalışmasını Jüri önünde sunmadığı için yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,

OY BİRLİĞİ ile **REDDEDİLMİŞTİR.**

ile almıştır.

Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Danışman Üye	YRD. DOÇ. DR. CEMAL ONUR NOYAN	
Üye	YRD. DOÇ. DR. DİLEK MELTEM TAŞDEMİR ERİNÇ	
Üye	YRD. DOÇ. DR. TUĞBA ARZU ÖZAL İLDENİZ	

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Erişkin Seperasyon Anksiyetesi Düzeyinin Bağlanma Biçimleri ile İlişkisinin İncelenmesi” adlı çalışmanın, tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

Tarih

...../...../2017

Tuğba KORKMAZ

İmza

TEŞEKKÜR

Öncelikle tez sürecimde gösterdiği anlayış ve sabır için tez danışmanım Sayın Yrd. Doç. Dr. Cemal Onur Noyan hocama saygılarımı sunar teşekkür ederim.

Tez çalışmam sırasında manevi desteğini hiç esirgemeyen Sayın Uzm. Dr. Tahir Özakkaş hocama müteşekkirim.

İş yoğunluğuna rağmen anlayış gösterip tez sürecimde bana kolaylık sağlayan amirim Sayın Uzm. Dr. Hikmet Yaşar'a teşekkürü bir borç bilirim.

Her zaman desteklerini hissettiğim, varlıkları ile bana güç veren, başta Seda Tepe ve Reyhan Ünver Fidan olmak üzere tüm arkadaşlarıma sonsuz sevgi ve saygılarımı sunarım.

Bu zorlu süreçte her zaman yanımda olan, yorulduğumda beni kaldıran, desteğini ve anlayışını hiçbir zaman eksik etmeyen ve bu süreçte kızımıza yokluğumu hissettirmeyen sevgili eşim Ekrem Korkmaz'a, ayrıca başta annem ve babam olmak üzere her daim benim kararlarıma güvenen ve arkamda olan tüm aileme sonsuz teşekkürler

ÖZET

Bu çalışmada erişkin seperasyon anksiyetesi düzeyinin bağlanma biçimleri ile ilişkisi incelenmiştir. Araştırmada 50 kadın, 38 erkek erişkin yer almıştır. Katılımcılara “Bilgilendirilmiş Onam Formu”, “Demografik Bilgi Formu”, “Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği” ve ‘İlişki Ölçekleri Anketi’ verilmiştir.

Araştırmada bağlanma türlerine göre katılımcıların demografik özellikler açısından dağılımları χ^2 testi ile analiz edilmiştir. YAA ölçeğinden elde edilen toplam puan ve İÖA’dan elde edilen alt test puanlarının cinsiyete göre fark gösterip göstermediği t testi ile analiz edilmiştir. Yine YAA ölçeğinden elde edilen toplam puan ve İÖA’dan alt test puanlarının yaş gruplarına ve eğitim göre fark gösterip göstermedikleri tek yönlü ANOVA ile analiz edilmiştir. İÖA ve YAA puanları arasındaki bağıllık ilişkisi Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi ile incelenmiştir. Ayrıca İÖA’dan alınan alt test puanlarından YAA puanının yordanabilirliği çoklu doğrusal regresyon analizi ile de incelenmiştir.

Analiz sonucunda bağlanma türlerinin dağılımları demografik bilgiler açısından istatistiksel olarak anlamlı farklar göstermemiştir. Yani araştırmamızda ele alınan değişkenler yaş, cinsiyet ve eğitim olup yaş ve cinsiyetin bağlanma stilleri üzerine bir etkisinin olmadığı görülmektedir. Buna karşın eğitim değişkeninin korkulu bağlanma alt boyutunda anlamlı düzeyde farklılaşmaya yol açtığı görülmektedir. Bu açıdan elde edilen bulguların bir kısmının literatürden farklılaştığı, eğitim değişkeni ile ilgili bulguların ise genel olarak literatürle örtüştüğü görülmektedir. Ayrıca yaş ve cinsiyet değişkenlerinin bağlanma puanları üzerinde anlamlı düzeyde olmasa da farklılaşmaya yol açtığı da görülmektedir.

YAA ölçeğinden elde edilen toplam puan ve İÖA’dan elde edilen güvenli, korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma alt test puanlarının, eğitimin düzeylerine göre anlamlı fark gösterdiği görülmüştür. Buna göre hem lise hem de ön lisans eğitim düzeyinde olan katılımcıların, lisansüstü eğitim düzeyinde olanlardan anlamlı düzeyde yüksek korkulu bağlanma puanına sahip olduğu görülmüştür. Ayrıca korkulu bağlanma grubunu YAA puanının kayıtsız bağlanma grubunkinden anlamlı olarak yüksek olduğu görülmüştür. Araştırma sonucunda elde edilen bir diğer bulgu ise YAA puanı arttıkça korkulu bağlanma ve saplantılı bağlanma puanları da arttığıdır.

Araştırmanızda demografik değişkenler yaş, cinsiyet ve eğitim düzeyi ile sınırlıdır. Gelir düzeyi, kardeş sayısı, doğum sırası, gibi birçok demografik değişkenin de dhil edilerek ayrılma anksiyetesi ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin çok boyutlu olarak incelenmesinin yararlı olacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi, Bağlanma Stilleri



ABSTRACT

This study aimed to examine the relationship between the levels of adult separation anxiety and attachment styles. There were 50 female and 38 male adult participants in the study. "Informed Consent Form", "Demographic Information Form", "Adult Separation Anxiety Scale" and "Relationship Scales Questionnaire" were given to the participants.

In the study, participants' demographic features were analyzed according to attachment styles by the χ^2 test. The total score obtained from the ASA scale and the subscale scores obtained from the RSQ were analyzed by t test to examine any difference according to sex. Again, the total scores obtained from the ASA scale and the sub-test scores from the RSQ were analyzed by ANOVA to examine whether there is difference or not between age groups and education levels. The correlation between the RSQ and ASA scores was examined by the Pearson Moments Multiplication Correlation Analysis. In addition, whether there is dependency of the ASA scores or not to compare sub-test scores of RSQ was also examined by multiple linear regression analysis.

As a result of the analysis, there is not a statistically significant difference the attachment styles in terms of demographic information. The variables are age, gender and education. Also, it is shown that there is no significant effect for age and gender on attachment styles. On the other hand, it appears that the variable of education has caused meaningful differentiation in the fearful attachment. It can be seen that some of the findings of the study differ from the literature, and the findings related to education varieties overlap with the literatures in general. It is also seen that even age and sex variables do not significant impacts on the attachment scores but there is some differentiation.

It was observed that the total score obtained from the ASA scale and as the secure, fearful, preoccupied and dismissive avoidant attachment styles sub-test scores obtained from the RSQ were significantly different according to levels of education. According to the findings, participants who both high school and two-year degree levels have significantly higher fear attachment points than those at the level of postgraduate education. It was also found that the fearful attachment group had a significant higher ASA scores than the dismissive avoidant group. Another result of the research is that the fearful attachment and preoccupied scores increase when the score of ASA increases.

Demographic variables are limited by age, gender and education level in the study. Provided that demographic variables includes like income level, sibling number, birth order, it can be useful for study to examine the relationship between separation anxiety and attachment styles in a multidimensional way.

Key Words: Adult Separation Anxiety, Attachment Styles



İÇİNDEKİLER

YEMİN METNİ.....	i
TEŞEKKÜR.....	ii
ÖZET.....	iii
ABSTRACT.....	v
İÇİNDEKİLER.....	vii
TABLolar LİSTESİ.....	x
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xi
KISALTMALAR LİSTESİ.....	xii
GİRİŞ VE AMAÇ.....	1
BİRİNCİ BÖLÜM	
LİTERATÜR.....	2
1.1 BAĞLANMA KURAMI.....	2
1.1.1. Bebeklikte Bağlanma.....	3
1.1.2. Çocukluk ve Ergenlikte Bağlanma.....	5
1.1.3. Erişkin Bağlanma Biçimleri.....	6
1.2 AYRILMA ANKSİYETESİ.....	8
1.2.1. Çocukluk Ayrılma Anksiyetesi.....	9
1.2.1.1. Epidemiyoloji.....	9
1.2.1.2. Etiyoloji.....	10
1.2.1.3. Klinik Özellikler.....	11
1.2.1.4. Gidiş ve Prognoz.....	13
1.2.2 Erişkin ayrılma anksiyetesi.....	13
1.2.2.1.Epidemiyoloji.....	14

1.2.2.2. Etiyoloji nedenleri.....	15
1.2.2.3 Klinik özellikler	15
1.2.2.4 Gidiş ve Prognoz.....	15
İKİNCİ BÖLÜM	
YÖNTEM	17
2.1. ÖRNEKLEM	17
2.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI	17
2.2.1. Bilgilendirilmiş Onam Formu	
2.2.2. Demografik Bilgi Formu.....	17
2.2.3. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği	18
2.2.4. İlişki Ölçekleri Anketi.....	18
2.3. İŞLEM.....	18
2.4. VERİLERİN ANALİZİ	19
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	
BULGULAR.....	20
3.1. ANALİZ SONUÇLARI.....	20
3.1.1. Demografik Değişkenlere Yönelik Analizler	21
3.1.2. Cinsiyet, Yaş Ve Eğitime Göre Karşılaştırma Analizleri	23
3.1.3. Bağlanma Türlerinde YAA Puanına İlişkin Karşılaştırma Analizleri	26
3.1.4. İlişkililik Analizleri.....	28
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM	
TARTIŞMA VE SONUÇ	30
4.1. ANALİZ SONUÇLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ	30
4.2. ANALİZ SONUÇLARININ LİTERATÜRLE KARŞILAŞTIRILMASI.....	31

4.2.1. İÖA Demografi İlişkisi.....	32
4.2.2. Bağlanmaya Göre Anksiyete.....	35
4.2.3 Bağlanma Anksiyete İlişkisi.....	38

BEŞİNCİ BÖLÜM

SINIRLILIKLAR.....	42
KAYNAKLAR.....	43
EKLER.....	47



TABLULAR LİSTESİ

<i>Tablo 1.</i> Bartholomew ve Horowitz'in dörtlü bağlanma modeli.....	7
<i>Tablo 2.</i> YAKB'nin en sık saptanan klinik belirtileri ve oranları.....	16
<i>Tablo 3.</i> Katılımcıların Cinsiyete Göre Dağılımı.....	20
<i>Tablo 4.</i> Güvenli, Korkulu, Saplantılı ve Kayıtsız bağlanma gruplarının demografik özelliklere göre dağılımları açısından yürütülen χ^2 analiz sonuçları.....	22
<i>Tablo 5.</i> Kadın ve erkek katılımcıların YAA ve İÖA puanlarına ilişkin aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri ile farklara ilişkin t testi sonuçları.....	23
<i>Tablo 6.</i> 18-24, 25-34 ve 35-55 yaş grubu katılımcılarının YAA ve İÖA puanlarına ilişkin aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri ile farklara ilişkin tek yönlü ANOVA sonuçları.....	24
<i>Tablo 7.</i> İlk+ortaokul, lise, önlisans, lisans ve lisansüstü eğitim grupları katılımcılarının YAA ve İÖA puanlarına ilişkin aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri ile farklara ilişkin tek yönlü ANOVA sonuçları.....	25
<i>Tablo 8.</i> Bağlanma gruplarında YAA puanına ilişkin aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri ile farklara ilişkin tek yönlü ANOVA sonuçları.....	27
<i>Tablo 9.</i> YAA ve İÖA'den alınan puanlar arasındaki korelasyon katsayıları.	29
<i>Tablo 10.</i> İÖA'nin güvenli, korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma alt ölçek puanlarının yordayıcı, YAA toplam puanının yordanan değişken olarak ele alındığı çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları.....	29

ŞEKİLLER LİSTESİ

- Şekil 1. Değişik eğitim düzeyinden gelen katılımcıların korkulu bağlanma alt test puanına ilişkin çizgi grafik.....26
- Şekil 2. Güvenli, korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma gruplarında YAA Ölçeğinden alınan puan ortalamasına ilişkin çubuk grafik.....28



KISALTMALAR LİSTESİ

AA: Ayrılma Anksiyetesi

DSM-IV: The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition

DSM-5: The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition

YAA: Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi

İÖA: İlişki Ölçekleri Anketi



GİRİŞ VE AMAÇ

Bağlanma bakım veren ile bebek arasındaki duygusal bağıdır. Bebeğin bakım verenden ayrıldığında endişe duyması doğal olsa da bu endişe uzun sürdüğünde ya da gelişimsel olarak uygunsuz tepkiler içerdiğinde üzerinde durularak değerlendirilmelidir. Bebeğin doğumundan itibaren şekil alan bağlanma biçimlerinin, yetişkinlikte yaşanan kaygı bozukluklarıyla ilişkili olduğu düşünülmektedir (Dağ ve Gülüm, 2013). Ayrılma anksiyetesinin temelleri bağlanma kuramına dayandırılmaktadır (Alkan, 2007). Bu çalışmada yetişkin bireylerin ayrılma anksiyetesi düzeyleri ile bağlanma biçimlerinin ilişkisi incelenecektir.



BİRİNCİBÖLÜM

LİTERATÜR

1.1 BAĞLANMA KURAMI

Bağlanma davranışı başka bir bireyde yakınlık arama ve sürdürme olarak tanımlanmaktadır (Bowlby, 2012). Thompson (2002), bağlanmayı bebek ile bakım veren kişi arasındaki gelişen ilişkide, özellikle stresli durumlarda ortaya çıkan, bebeğin bakım veren kişiyle tutarlı ve sürekli bir biçimde yakın olma isteği ile görülen duygusal bağ olarak tanımlamıştır (akt. Kesebir, Kavzoğlu ve Üstündağ 2011).

Bowlby'e göre bağlanma, bebeğin doğumundan itibaren yaşayabilmesi için tüm ihtiyaçlarının bir yetişkin tarafından karşılanması sonucunda oluşan bağıdır (Hazan ve Shaver, 2000). Hatta Bloom (1995) tam olarak kanıtlanmamış olsa da, hamilelik döneminde de anne ile bebek arasında bağlanma ilişkisi kurulduğu ifade edilmektedir. Anne karnında yirmi altıncı haftasındaki bebeğin, annesinin duygulanımlarına tepki verebildiği ve duyduğu seslerdeki bilgileri yakaladığı belirtilmektedir (akt. Kesebir ve ark., 2011).

Bağlanma insan türüne ait gibi algılsa da diğer canlılar için de geçerli olabilmektedir. 1958'de Harlow'un maymunların temel güdüsünü anlamak için yürüttüğü çalışmada maymunlara iki seçenek sunulmuştur. Maymunlar ya kumaş kaplı yumuşak bir yapay anneye tırmanıp korunacaklar, ya da demirden rahatsız bir yapay anneden süt içeceklerdir. Maymunların demir anneye tırmanıp süt içtikten sonra tekrar yumuşak anneye döndükleri gözlenmiştir. Bu sadece beslenmenin değil fiziksel temasın da önemli olduğunu göstermektedir (Tüzün ve Sayar, 2006). Buradan yola çıkan bağlanma kuramcıları yeni doğanın da kendisine bakım veren ile olan bağına incelemeye başlamışlardır. Bebek doğduğu andan itibaren yaşayabilmek için birtakım içgüdüsel tepkiler ile bakım verenle ilişki içerisinde olmak ister.

Bebeğin ağlaması, meme araması, gülmesi, izlemesi gibi davranışları evrenseldir ve bu davranışlar bakım veren ile arasında etkileşimin oluşmasını ve yakınlığın korunmasını sağlar. Bakım verenin bebeğe karşı üç görevi vardır; yakınlık sağlama, güvenlik üssü olma, güvenli bir sığınak olma. Bebek stres yaşadığında bakım veren bebeği rahatlatır ve stresli ortamdan onu alan güvenli bir üs olur (Hazan ve Shaver, 2000). Bakım veren, bebekle fiziksel yakınlığı güçlü tutarak hem bebeği çevreden gelen tehlikelerden korur, hem de ona çevreyi keşfetmesi için gerekli koşulları sağlayarak bebekle bir bağ kurar. Bakım veren ile bebek arasında oluşan bu ilişkide yaşanan bir kesinti, genellikle kaygıya, kızgınlık ve üzüntüye neden olur. Eğer yakınlığı yeniden sağlama umudu tükenirse bebek fiziksel olarak da tükenir (Balkaya, 2005).

1.1.1. Bebeklikte Bağlanma

Bağlanma kuramı, yeni doğan bebekte mevcut olan ve yaşlılığa kadar devam eden, insan doğasının ana bir parçası olarak belli bireylerle yakın duygusal bağlar kurma eğiliminden söz eder (Bowlby, 2012). İnsan yavrusunun doğumdan sonraki ilk yılda bağlanma davranışı oldukça iyi gelişirken, sonraki yıllarda algısal alanda anlama becerisinin yükselmesiyle değişir (Bowlby, 2011). Bağlanma yaşam boyu sürer ancak zamanla bağlanmanın ifade ediliş şekli değişiklik gösterir.

Ainsworth'un Yabancı Ortam Deneyi

Bowlby bebekler üzerinde gözlemler yaparak kuramını şekillendirmiştir. Ainsworth ve arkadaşları da deneysel çalışmalarla bağlanma kuramını sınımışlardır. 'Yabancı Durum Testi' çalışmasında Ainsworth ve arkadaşları, 12-18 aylık çocukları oyun odasını alarak 20'şer dakikadan oluşan sekiz oturumda gözlemlemiştir. Deneyde anne ve bebek oyun odasında bir süre yalnız kalır, belli bir süre sonra odaya yabancı biri gelir ve anne ile çocuğun oynadığı oyuna dahil olur. Bir süre sonra anne çocuğu yabancı birey ile yalnız bırakarak odadan ayrılır. Ayrılma esnasında ve anne ile tekrar bir araya gelme anında bebeğin verdiği tepkiler gözlenmiştir (akt. Doksat ve Çiftçi, 2016).

Araştırmacılar yabancı ile odada kalan bebeğin keşif davranışına, annesinin gidiş ve dđnüşlerine verdiği tepkilere dayanarak sınıflandırma yapmışlardır. Bunlar; güvenli bağlanma, kaygılı/kararsız bağlanma ve kaçıngan bağlanma olarak gruplanmıştır (Küçüködük, 2015).

Güvenli bağlanma: güvenli bağlanma stili içinde sınıflandırılan çocuklar, Bowlby'in 'doğanın orijinal modeli' kavramına uymaktadır. Bu çocuklar anneleri tarafından oyun odasında yalnız bırakıldıklarında doğal olarak kısmen huzursuzlaşmışlardır ancak panik yaşamadan anneleri ile temas aramışlar, yeniden birleşmeden sonra da kolayca sakinleşmişler ve çevreyi keşfetmeye devam etmişlerdir. Bu çocukların ev gözlemlerinde anneleri tutarlı bir biçimde ulaşılabilir ve olumlu tepkiler veren anneler olarak nitelendirilmişlerdir (Hazan ve Shaver, 1994).

Kaygılı/ kararsız (İki Yönlü) Bağlanma: Bu tür bağlanan çocuklar anne odadan çıktığında çok yoğun bir kaygı yaşamışlar ve anneye karşı öfke duymuşlardır. Odadaki yabancı ile iletişim kurmadıkları gibi keşfe de çıkmamışlardır. Anne odaya geldiğinde de kolay kolay sakinleşmedikleri, uzun süre sarılmak istedikleri gözlenmiştir (Yücelten, 2016). Bu bebeklerin zihinleri bakıcıları ile meşgul olduğundan keşfe çıkamadıkları görülmüştür (Hazan ve Shaver, 1994). Ev gözlemlerinde kaygılı/ kararsız bağlanan bebeğin bakıcısının ihtiyaçlarına tutarsız tepkiler verdiği, bakıcının bazen ulaşılır olup bazen de ulaşılmaz olduğu ya da tepkisiz kaldığı gözlenmiştir (Hazan ve Shaver, 1994).

Kaçıngan Bağlanma: Bu tip bağlanma biçimine sahip çocuklar ise anneleri yanındayken oyuncakları ile oynamışlar, odayı rahatlıkla keşfetmişler, annenin odadan ayrılmasına tepkisiz kalmışlardır. Anne odadan çıktıktan sonra oyuncakları ile oynamaya devam etmiş, yabancı ile ilişki kurmaktan kaçınmışlardır. Anne tekrar odaya geldiğinde anne ile ilişki kurmaktan kaçınmış, oyuncakları ile oynamaya devam etmişlerdir (Sümer ve Güngör, 1999). Evde yapılan gözlemler sonucunda bakım veren kişilerin, çocukların fiziksel olarak temas isteklerinin bakım veren kişi tarafından yeterli düzeyde ve tutarlı olarak karşılanmadığı gözlenmiştir (Hazan ve Shaver, 1994). Kaçıngan bağlanan bebeklerin bakıcılarının bebeklerinin özellikle yakın bedensel temas kurma isteklerini karşılamadıkları görülmüştür (Hazan ve Shaver, 1994).

Main ve Solomon 1990'da Ainsworth ve arkadaşları tarafından yapılan bu üçlü sınıflandırmaya bir grup daha eklemiştir. Yabancı Ortam Deneyinde üç gruba da dahil olamayan çocukları 'dezorganize bağlanma' dedikleri dördüncü bir gruba eklemiştir. Bu grup tutarlı bir biçimde kaygıyı kontrol edici stratejilerinin olmaması ile belirginlik kazanmaktadır. (Hazan ve Shaver 2000).

1.1.2. Çocukluk ve Ergenlikte Bağlanma

Çocukluk döneminde anne, baba ve çocuk arasında kurulan bağın çocuğun gelişimine ve diğer kişilerle kurduğu ilişkilerine etkisi olduğu söylenebilir (Kapçı ve Küçükler, 2006). Bebek, bakım veren ile ilk temel ilişkiyi kurar ve bu ilişki daha sonra kuracağı ilişkiler için örnek olur (Kesebir ve ark., 2011). Çocukluk döneminde bakım veren kişi ile çocuk arasındaki ilişki ergenlik döneminde arkadaşlarla, yetişkinlik döneminde ise partner ile kurulur (Doksat ve Çiftçi, 2016). Arend, Gove ve Scroufe (1979)' a göre; bireyin diğer bireylerle kurduğu sorunlu ilişkiler bebeklik döneminde anne, baba tarafından yeterli bakım, ilgi ve sevgi görememesi ile ilişkili olduğu düşünülür (akt. Hazan ve Shaver, 1994). Bakım veren kişi ile bebeklik döneminde olumlu ilişkiler yaşamayan kişiler güvensiz bağlanma stili geliştirebilir ve yakın ilişkilerde sorun yaşayabilirler (Sümer ve ark., 2009).

Bakım veren, bebeğin temel ihtiyaçlarını karşılar, bebeğin ihtiyacı olan sıcaklığı ve yakınlığı gösterirse bebeğin sonraki ilişkilerinin de olumlu devam ettiğini söyleyen Bowlby (2012), bağlanmada ileriye kapsayan çalışmalara göre de, bağlanma biçimlerinin devam etme eğiliminde olduğunu belirtmiştir. Bunun bir sebebi iyi de olsa kötü de olsa ebeveyn çocuğuna karşı olan davranış şeklinin değişmeden devam etmeye eğiliminde olmasıdır. Bir başka sebebi de bağlanma şekillerinin devam etme özelliğine sahip olmasıdır. Yani bağlanma şekilleri bir kez oluştuktan sonra devam etme eğilimindedir fakat bu devamlılık mutlaka olacak diye bir şey yoktur. Bowlby'nin çalışmalarında güvensiz bağlanma biçimini daha sonraki yaşam dönemlerinde psikopatolojinin belirleyicisi olarak düşünülmüştür (Kesebir ve ark., 2011).

1.1.3. Erişkin Bağlanma Biçimleri

Shaver ve Mikulincer (2004)' e göre, bağlanma ile ilgili çalışmalar bebeklik ve çocukluk dönemi ile sınırlıydı. Bağlanmanın yaşam boyu sürdüğünü öngören çalışmacılar yetişkinlik dönemi ile ilgili çalışmalara başladılar (akt. Çalışır, 2009). Bebeklik döneminde bebek bakım görendir ancak yetişkinlik döneminde bakım verme ya da bakım görme söz konusu değildir. Yetişkinlik dönemindeki bağlanmada ilişkisi karşılıklıdır (Hazan ve Shaver, 1994).

Yetişkinlikte bağlanmanın diğer dönemlerdeki bağlanmalardan farkı karşılıklı bir alışveriş olmasıdır. Her iki taraf da farklı zamanlarda bağlanma figürü olabilir. Başka bir farklılık ise yetişkinin eşinin bağlanma figürü olabilmesidir. Eşin bağlanma figürü olması yavaş yavaş gerçekleşir (Hazan ve Shaver, 1987).

Bartholomew ve Horowitz' in Dörtlü Bağlanma Modeli

Bartholomew ve Horowitz (1991), bağlanma stilleri ve Bowlby'nin teorisinden yola çıkarak yetişkinlik dönemi için dörtlü bağlanma stillerini belirlemişlerdir. Sümer ve Güngör (1999) tarafından geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmış, birbiriyle tutarlı veriler elde edilmiştir. Bu bağlanma stilleri; güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu bağlanma stilleridir (akt. Çalışır, 2009). Bartholomew ve Horowitz (1991) bağlanma stillerini olumlu ve olumsuz kutuplarda değerlendirmiştir. Bu iki boyutun çaprazlanmasından dört bağlanma stili belirlemişlerdir (Sümer ve Güngör, 1999).

Bartholomew ve Horowitz kişinin kendisinin ve ötekileri olumlu ve olumsuz olarak nitelendirdiği dörtlü bağlanma modeli ile tanımlamışlardır (Kesebir ve ark., 2011). Olumlu benlik modeli, yüksek özsaygıyı; olumsuz benlik modeli ise, düşük özsaygıyı ifade etmektedir. Olumlu başkaları modeli, olumlu beklenti ve inançları; olumsuz başkaları modeli ise, olumsuz beklentileri ve inançları barındıran tutum ve davranışları içermektedir (Sümer ve Güngör, 1999).

Güvenli bağlanma stili olumlu benlik ve olumlu başkaları, korkulu bağlanma biçimi olumsuz benlik ve olumsuz başkaları, saplantılı bağlanma biçimi olumsuz benlik ve olumlu başkaları, kaçınan bağlanma biçimi ise olumlu benlik ve olumsuz başkaları modelini içerir.

Tablo 1. Bartholomew ve Horowitz'in dörtlü bağlanma modeli

		BENLİK MODELİ	
		Düşük kaygı Pozitif	Yüksek kaygı Negatif
BAŞKALARI MODELİ	Düşük kaçınma Pozitif	GÜVENLİ	SAPLANTILI
	Yüksek kaçınma Negatif	KAÇINAN	KORKULU

Dörtlü bağlanma modeline göre *güvenli bağlanan* yetişkinler kendilerinin benlik saygıları yüksek, otokontrol sahibi, kendilerini değerli ve sevilebilir algılayan kişilerdir (Çalışır, 2009). Çevredekileri güvenilir, ulaşılabilir, iyi niyetli olarak nitelendirirler (Sümer ve Güngör, 1999). Diğer üç bağlanma biçimleri 'güvensiz bağlanma' çatısında toplanmaktadır (Çalışır, 2009).

Saplantılı bağlanan yetişkinler benliklerini değersiz algılayarak, diğerlerini olumlu algılayarak. Bu nedenle çevresindekilerin onayını kazanmaya çalışırlar (Çalışır, 2009). Kendilerini karşısındakine doğrulama ve kanıtlama gereği duyarlar. İlişkilerinde takıntılıdırlar ve ilişkiden beklentileri pek de gerçekçi olmaz (Sümer ve Güngör, 1999).

Korkulu bağlanma biçimi güvenli bağlanma biçiminin tam tersidir (Sümer ve Güngör, 1999). Korkulu bağlanma biçimindeki yetişkinler hem benliklerini hem de çevreyi olumsuz algırlar. Korkulu bağlanan yetişkinler yakın ilişkiler kurmakta zorlanırlar (Çalışır, 2009).

Kayıtsız bağlanan yetişkinler ise benliklerini değerli ve sevilebilir algımlarken, çevrelerine karşı olumsuz değerlendirmeye sahiptirler. Hayal kırıklığına uğramamak için yakın ilişkilerden kaçınırlar (Çalışır, 2009).

1.2 AYRILMA ANKSİYETESİ

Anksiyete içeriden ve ya dışarıdan gelebilecek bir tehlike beklentisi karşısında kişinin duyduğu kaygı ve endişe durumu veya evrimsel olarak canlıların hayatta kalmasını sağlayan fizyolojik uyarılmışlık hali olarak tanımlanabilir. Ancak zor durumlarla baş etmeyi ve hayatta kalmayı sağlayan anksiyete; şiddetli ve uzun yaşanıp, kişinin yaşamını olumsuz etkilediği durumlarda patolojik olmaktadır (Türkçapar 2004). Ayrılma anksiyetesi ise kişinin anne ya da bağlanma figüründen ayrıldığında ya da ayrılma beklentisi yaşadığı durumlarda yaşadığı anksiyetedir (Diriöz ve ark., 2011). Ayrılma anksiyetesi tanımını Ollendick ve arkadaşları (1990) anormal bağlanma stiline sahip çocuklarda gözlenen patolojik stresi tanımlamak için kullanmıştır. Bu bozukluğu tanımak için hem gelişimsel araştırmalardan hem de bağlanma kuramından yararlanır. Faravelli ve Pallanti (1989) ayrılma anksiyetesi erken bebeklikte (preödüpal dönem) bağlanma figürünün kaybindan korkmakla başladığını söylemiştir (akt.Özakkaş, 2014).

Çocuklarda görülen ayrılık anksiyetesi bozukluğunun başlıca nedenleri; okulla ilgili yaşanan olumsuzluklar, kardeş doğumu, bir yakının ölümü, çocuğun anne ya da babasının uzun süre evden ayrı kalması gibi yaşam olayları ve bağımlılıktır (Eermiş ve ark. 2009).

1.2.1.Çocukluk Ayrılma Anksiyetesi

Anksiyete türlerinden biri olan ‘Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğu’; çocuğun bağlanma figüründen ya da evinden ayrılmaya bağlı olarak yaşadığı, en ez dört hafta boyunca süren, gelişim düzeyine göre beklenenden daha fazla ve yineleyici şekilde yaşadığı anksiyete bozukluğudur. Bağlandığı kişileri yitireceğine veya onların başına kötü bir şey geleceğine ilişkin korkular yaşar. Bu korkular nedeniyle okula ya da başka bir yere gitmek istemediği görülür. Masi ve ark. (2011) ayrılık anksiyetesinin çocuğun işlevselliğini bozup, okulda, arkadaş ilişkilerinde, sosyal ilişkilerinde güçlükler yaşadığını belirtmiştir (akt. Erermiş ve ark. 2009). Ayrılık anksiyetesi olan çocuklar, anne babaları ile birlikteken bile sadece ayrılığı hayal ederek allak bullak olabilirler (Chansky, 2004/2009).

Kaplan ve arkadaşlarına göre (1994) çocuklarda 1 yaşından önce annelerinden ayrı kaldıklarında ayrılma anksiyetesi görülür. Genellikle çocuklarda var olan ayrılık anksiyetesi 3-5 yaşlarına doğru yatıştır. Bu yaşlardaki çocuklarda belli bir miktar ayrılık anksiyetesi normaldir. Bununla birlikte anneden ayrılmaya ilişkin anksiyete, gelişimsel açıdan uygunsuz ve aşırı olursa bir bozukluktan bahsedilebilir (Diriöz 2010).

1.2.1.1. Epidemiyoloji

Last ve arkadaşlarına göre çocuğun günlük aktivitelerini ve gelişimsel görevlerini yerine getirmesine de engel olan ayrılık anksiyetesi bozukluğunun başlama yaşı 7.5’tur (akt.Diriöz 2010). Araştırmalar, ayrılma anksiyetesi bozukluğunun sıklığının ergenliktekine oranla çocuklukta daha yüksek olduğunu göstermektedir (Kashani ve Orvaschel 1988, 1990; Breton ve ark. 1999; akt. Diriöz, 2010). DSM-IV’te çocuklarda %4, ergenlerde %2-4 sıklığında görüldüğü belirtilmiştir.

1.2.1.2. Etiyoloji

Ayrılma anksiyetesi bozukluğunun etiyojisine ilişkin yapılan çalışmaların çoğu bağlanma stillerinin ve ebeveynlik stillerinin etkisinin AAB'nin ortaya çıkmasında önemli rol oynadığını belirtir. Güvenli bağlanma stili geliştiren çocuklar, ebeveynleri yanlarında olmasa da kendilerini güvende hissederler ve dünyayı keşfetmeye çalışırlar. Güvensiz bağlanma stili geliştiren çocuklar ise ebeveynlerinden ayrılmakta zorluk yaşarlar, hatta ebeveynleri döndükten sonra bile zorlukla yatıştırılırlar (Jurbergs ve Ledley 2005; akt. Diriöz, 2010).

Ayrılma anksiyetesi bozukluğunun etiyojisinde öğrenmeye değer verilmektedir. Kaplan ve arkadaşları (1994) fobik anksiyetenin çocuk tarafından model alma yoluyla öğrenilebileceğini, bazı ebeveynlerin çocuklarının anksiyetesini pekiştirebileceğini söylemiştir (akt. Diriöz, 2010). Muris ve arkadaşları (1996) çocuğuna sorumluluk vermeyen, aşırı disiplin uygulayan, sınırlayan ya da ihmal eden, örnek olmak yerine sadece ve sürekli uyanan, suçlayıcı, fiziksel ya da ruhsal sorunları olan anne babaların çocuklarında yaşamın ileri dönemlerinde ciddi psikopatolojilerin ortaya çıkabileceğini söylemişlerdir (akt. Eermiş ve ark. 2009).

Biyolojik etkenlerin, genetik etkilerin ayrılma anksiyetesi etiyojisine katkısını inceleyen araştırmalar özgül bir anksiyete bozukluğundan çok, anksiyeteye ilişkin genetik bir yatkınlığın varlığından söz eder (Suveg, Aschenbrand ve Kendall 2005; akt. Diriöz 2010). Silove ve arkadaşlarına göre (1996) ayrılma anksiyetesi bozukluğu olan çocukların, birinci derece akrabalarında da ayrılma anksiyetesi bozukluğu görülme oranı yüksektir. Bu erken dönemde anne-çocuk ilişkisinin bozulması nedeniyle çocukta anksiyete yaşayabilir, ya da anksiyete bozuklukları için genetik geçişin bir göstergesi olarak düşünülebilir (akt. Eermiş ve ark. 2009).

Ayrılma anksiyetesi olan çocukların ebeveynlerinde de aynı bozukluğun yetişkin versiyonu bulunmaktadır. Çoğu anksiyete bozukluğunda olduğu gibi ayrılma anksiyetesi bozukluğunun da güçlü bir genetik altyapısının bulunduğu söylenebilir (Morrison, 2016).

Çocuklarda anksiyete bozukluğu ile ilgili yapılan çalışmalarda sorununun nöropsikolojik işlev bozuklukları, genetik özellikler ve kalıtımın yanında, çevresel etkileşimler ve ebeveynlerinin özellikleriyle de ilişkili olduğu bulunmuştur (Büküşoğlu 2004). Field (1996) psikodinamik yaklaşıma göre ise ayrılma anksiyetesi tanısı alan çocukların gelişimsel süreçlerde sorun yaşadıklarını (bağlanma sorunları, önceki ayrılma güçlükleri) bildirmiştir (akt.Erermiş ve ark. 2009).

1.2.1.3.Klinik Özellikler

Ayrılma anksiyetesinin temel özelliği evden ya da tanıdık çevreden ayrılma ile başlayan aşırı kaygıdır (APA, 1994). Ayrılma anksiyetesi olan çocuk evden uzakta kaldığında irritabilite, yemek yemek istememe, sızlanma, bir odada yalnız kalamama, ebeveyne yapışma gibi davranışlar sergiler, akut psikofizyolojik belirtiler oluşur. Sıklıkla mide bulantısı, kusma, karın ağrısı ya da grip benzeri belirtiler sergilerler. Yaşı daha büyük olanlarda da çarpıntı, baş dönmesi, baygınlık, boğulma hissi gibi kardiyovasküler ve solunumsal belirtiler bildirilmiştir (Jurbergs ve Ledley, 2005; akt. Diriöz, 2010). Yeni ortama uyum sağlamakta zorlanır, evlerine dönme fantezisi kurarlar. Uyku sorunları yaşarlar, dalıncaya kadar yakınlarını yanlarında isterler, rüyalarında ayrılma temalı kâbuslar görürler, geceleri uyanıp ebeveynlerinin yatağına giderler (Diriöz, 2010).

Ergenler ayrılma anksiyetelerini açıkça ifade etmekten çekinebilirler. Daha çok evden ayrılırken huzursuz davranışlar sergilemek, katıldığı aktivitelerde yakınlarını da yanlarında görmek istemek gibi davranış örüntüleri sergilerler (Kaplan, Sadock ve Grebb, 1994; akt. Diriöz , 2010).

Ayrılma Kaygısı Bozukluğu için DSM-V tanı ölçütleri

A. Aşağıdakilerden en az üçünün olması ile belirli, kişinin bağlandığı insanlardan ayrılmasıyla ilgili, gelişimsel olarak uygun olmayan ve aşırı düzeyde bir kaygı ya da korku duyması:

1. Evden ya da bağlandığı başlıca kişilerden ayrıldığında ya da böyle bir ayrılık beklendiğinde yineleyici ve aşırı biçimde tasalanma,

2. Bağlandığı başlıca kişileri yitireceğine ya da onların başına bir iş geleceğine ilişkin sürekli ve aşırı bir kaygı duyma,

3. Kötü bir olayın, bağlandığı başlıca kişiden ayrılmasına yol açacağına ilişkin sürekli ve aşırı bir kaygı duyma,

4. Ayrılma korkusundan ötürü, sürekli olarak, okula ya da başka bir yere gitmek istememe ya da gitmeyi reddetme,

5. Tek başına kalma, evde bağlandığı kişiler olmaksızın kalma ya da kendi için önemli yetişkin insanlar olmadan diğer ortamlarda bulunma konusunda isteksizlik gösterme ya da bu konuda sürekli ve aşırı bir korku duyma,

6. Bağlandığı kişilerin yakınında olmadan ya da evin dışında uyuma konusunda sürekli bir isteksizlik gösterme ya da uyumayı reddetme,

7. Ayrılma konusunda sürekli kâbuslar görme,

8. Bağlandığı başlıca kişilerden ayrıldığında ya da böyle bir ayrılık beklendiğinde yineleyici bir biçimde fiziksel belirti yakınmaları getirme (baş ağrıları, karın ağrıları, bulantı ya da kusma gibi),

B. Bu korku, kaygı ya da kaçınma süreklilik gösterir, çocuklarda ve ergenlerde en az dört hafta, erişkinlerde altı ay ya da daha fazla sürer.

C. Bu bozukluk, klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da sosyal, okulla ya da işle ilgili alanlarda ya da diğer işlevsellik alanlarında işlevsellikte düşmeye neden olur.

D. Bu bozukluk, otizim kapsamında değişikliğe aşırı derecede dirençgöstermekten ötürü evden ayrılmaya karşı koyma, psikoza giden bozukluklarda ayrılmaya ilişkin sanrılar ya da varsanılar, agorafobide güvenilir biri olmadan dışarı çıkmayı reddetme, yaygın kaygı bozukluğunda önem verdiği diğer kişilerin başına bir hastalık gibi kötü bir olay gelecek olmasından ötürü kaygı duyma ve hastalık kaygısı bozukluğunda bir hastalığın olduğunu ilişkin kaygılanma gibi başka bir ruhsal bozuklukla daha iyi açıklanamaz.

1.2.1.4. Gidiş ve Prognoz

Ayrıma anksiyetesi bozukluğunun gidiş ve prognozu başlangıç yaşına, belirtilerin süresine komorbid anksiyete bozuklukları ve depresif bozuklukların varlığına bağlı olarak değişkenlik göstermektedir. Özellikle akut başlangıca sahip bazı çocuklarda uzun dönemli hiçbir etki gözlenmeksizin tamamen düzelme görülebilmektedir. Başlangıcın daha geç yaşta olması, psikiyatrik bozuklukların komorbiditesi ve ailede ruhsal hastalık öyküsünün varlığı gibi etkenler yetişkinlikte bir anksiyete bozukluğu gösterme riskini arttırmaktadır (Jurbergs ve Ledley,2005; akt. Diriöz, 2010). Bazı izleme çalışmalarında ayrılık anksiyetesine bağlı olarak okul reddi tedavisi gören çocukların okula dönmelerine karşın önemli sosyal ve affektif güçlüklerin sürdüğünü göstermiştir (Berg and Jackson 1985; Flakierska-Praquin, Lindstrom ve Gillberg 1997; akt. Diriöz, 2010).

1.2.2 Yetişkin Ayrıma Anksiyetesi

Çeşitli anksiyete bozuklukları içinde yetişkinlikte en az incelenmiş olanı ayrıma anksiyetesi bozukluğudur (Diriöz, 2010). Ayrıma anksiyetesi bozukluğu tanısında yer alan yaş sınırlaması iki soruyu akıllara getirmektedir. İlki ayrıma anksiyetesi bozukluğu olan çocuklar yetişkin birey olduklarında ne olmaktadır? İkincisi ayrıma anksiyetesi belirtileri ilk kez yetişkinlikte ortaya çıkıp çıkamayacağıdır.

Ayrılma anksiyetesi yıllarca çocukluğa özgü bir bozukluk olarak algılanmıştır. Ancak yetişkinler de eş, çocuk ya da sevdiği birinin başına kötü bir şey geleceğine dair korku yaşamaktadır. Yetişkinlerin de evden ya da güvenli hissettikleri bir yerden ayrılmaya isteksiz oldukları, bu konuda kaygı yaşadıkları görülmektedir. Buradan hareketle yapılan araştırmalarda Manicavasagar ve arkadaşları (1997, 2000) çocukluk ayrılma anksiyetesinin yetişkinliğe uzandığını saptamıştır. Okul fobisi olan çocuklarla yapılan uzunlamasına çalışmalar, bu sorunun ileriki yıllarda da yüksek oranlarda sürdüğünü göstermektedir (Flakierska, Lindstrom ve Gillberg 1988; Berg ve Jackson 1985 akt. Dirioz, 2010).

Ayrılma anksiyetesi bozukluğu olan çocukların üçte birinin semptomları yetişkinlikte de devam etmektedir (Morrison, 2016). Manicavasagar ve arkadaşları (2000) yetişkin ayrılma anksiyetesi bozukluğu tanısı almış hastaların diğer anksiyete hastalarına kıyasla çocukluk yıllarında ayrılma anksiyetesini daha yüksek düzeylerde yaşadıklarını bildirmişlerdir (akt. Dirioz, 2010).

Bu verilerden hareketle araştırmacılar yetişkin ayrılma anksiyetesi bozukluğuna DSM'de yer verilmesi gerektiğini savunmuşlardır ve DSM 5'te ayrılma anksiyetesi bozukluğu "genellikle ilk kez bebeklik, çocukluk ya da ergenlik döneminde tanısı konan bozukluklar" bölümünden çıkartılıp "anksiyete bozuklukları" bölümüne kaydırılmıştır. DSM 4 ayrılma anksiyetesi bozukluğunun '18 yaşından önce ortaya çıkmış olması' koşulu DSM-5'te kaldırılmıştır ve "belirtilerin en az 6 ay sürmesi" şartı eklenmiştir.

1.2.2.1.Epidemiyoloji

Yapılan araştırmalarda da ayrılma anksiyetesinin sanıldığından daha yaygın olduğu görülmüştür (Ollendick ve ark. 1993, Fagiolini ve ark. 1998, Mayselless ve ark. 2000). Bir grup araştırmacı yetişkin ayrılma anksiyetesinin, çocuklukta ayrılma anksiyete bozukluğu tanısı almadan, ilk olarak yetişkinlikte ortaya çıkabileceğini öne sürmüş ve araştırmalarıyla bu görüşü desteklemişlerdir (Cyranowski ve ark. 2002; Foley ve ark. 2004, Manicavasagar ve ark. 2000).

Shear ve arkadaşları (2006) bir epidemiyolojik çalışmada (n=9,282), çocukluk ayrılma anksiyetesi belirtilerinin yetişkinliğe uyarlandığı bir klinik görüşme formu kullanarak yetişkin ayrılma anksiyetesi bozukluğunu araştırmışlar ve yaşam boyu yaygınlık oranını %6,6 olarak saptamışlardır.

Dsm-V'te 'Ayrılma Kaygısı Bozukluğu' yaşayan bireylerin önemli bölümünde semptomların 18 yaşından sonra başladığı belirtilerek çocuk ve ergenlerde belirtilerin en az dört hafta, yetişkinlerde ise en az altı ay sürme koşulu getirilmiştir.

1.2.2.2. Etiyoloji

Başlama yaşı çocukluğun ilk dönemlerine rastladığında bu durumun azalma olasılığı daha fazladır. Başlangıç yaşı daha geç olduğunda ise (yoğunluğu artıp azalabilse de) semptomların yetişkinlikte de devam etme olasılığı daha yüksektir (Morrison, 2016).

1.2.2.3 Klinik özellikler

Yetişkinlerde eş veya çocuk gibi önemli bir bağlanma figürünün başına kötü bir şey geleceğine ilişkin kaygı duyarlar. Evden ya da güvenli olan herhangi bir yerden ayrılmak istemezler, yalnız başlarına uyumaya korkarlar ve ayrılma ile ilgili kâbuslar görürler. Gün içerisinde bağlanma figürü ile görüşmeye ihtiyaç duyarlar (Morrison, 2016).

1.2.2.4 Gidiş ve Prognoz

Yetişkin ayrılma kaygısı bozukluğu küçük farklar dışında çocuk ayrılma anksiyetesine benzer.

Yetişkinlerde ayrılma kaygısının merkezi ‘eşinin ya da çocuklarının başlarına kötü bir şey geleceğine ilişkin aşırı endişe duymaya’ dönüşebilir (Manicavasagar & Silove, 1997; akt. Küçüködük 2015). Ayrılma kaygısı yaşayan yetişkinler günlük rutinlerinin sürdürmeye çalışma, bağlanma figürleri ile sık sık telefonda konuşma gibi davranışlar sergilerler. Gerçek bir ayrılık durumunda ya da ayrılma kaygısının ortaya çıktığı durumlarda panik atak geçirebilirler (Manicavasagar & Silove, 1997; akt. Küçüködük 2015).

Tablo2 YAKB’nin en sık saptanan klinik belirtileri ve oranları (akt. Küçüködük Manicavasaga ve ark.1997)

YAKB’nin en sık saptanan klinik belirtileri	Görülme Oranları (%)
Bağlandığı biri terk ederse bununla başa çıkamayacağını düşünme	81
Bağlandığı kişilere ciddi bir zarar geleceği endişesi	81
Gece tek başına uyumakta güçlük çekme	72
Evde, ancak yakınlarıyla beraberken kendini güvende hissetme	72
Bağlı olduğu kişilerin terk etmesiyle ilgili aşırı endişe	69
Yakınlarından ayrılmayla ya da onların kendisini bıraktığını düşünmekle panik atağı geçirme	67
Yakınlarının uzakta olduğunu düşünmenin zorlanmaya yol açması	64
Bağlanmalarıyla olan ilişkilerinin yoğunluğundan endişe duyma	64
Günlük işlerde yakınlarıyla görüşmesini bozacak aksamlar olduğunda aşırı sıkıntı yaşama	58
Yakınlarını kendisinden ayıracak olası olaylar hakkında endişelenme	58
Yakınlarıyla düzenli telefon görüşmesi yapmazsa sıkıntı yaşama	58
Yakınlarıyla olan ilişkisinin başka sorunlar yaratacağından endişelenme	53

İKİNCİBÖLÜM

YÖNTEM

2.1. ÖRNEKLEM

Bu çalışmaya katılan katılımcılar Türkiye'nin çeşitli şehirlerinde yaşayan yetişkinlerdir. 38 Erkek 50 kadın katılımcıya ulaşılmıştır. Katılımcıların yaşları 18-55 arasında değişmektedir.

2.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Katılımcılardan bilgi toplamak amacıyla 'Demografik Bilgi Formu', 'Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği (YAA) ve 'İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA)' uygulanmıştır. Bu araçların geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarına ilişkin özelliklerine izleyen bölümde yer verilecektir.

2.1.1. Bilgilendirilmiş Onam Formu

Katılımcılarla yüz yüze bir etkileşim olmuş, katılımcılar onam formunu kendileri okuyup doldurmuşlardır.

2.2.2. Demografik Bilgi Formu

Çalışmada yer alan katılımcıların çeşitli kişisel bilgilerinin yer aldığı bilgi formu yer almıştır.

2.2.3. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği

Yetişkin Ayrılma Kaygısı Ölçeği, Manicavaser, Silove, Wagner ve Drobny'in 2003 yılında geliştirdiği bir ölçektir. 27 maddeden oluşmaktadır. Her madde 4 puanlık bir ölçek üzerinde puanlanmıştır ve her madde 0 "hiç hissetmedim" ile 3 "çok sık hissettim" olarak belirlenmiştir. Uygulaması 10-15 dakika sürmektedir. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeğinin geçerlik, güvenilirlik çalışması Diriöz, Alkın, Yemez, Onur ve Eminağaoğlu tarafından yapılmıştır. Yetişkin Ayrılma Kaygısı Anketi'nin test tekrar test güvenirligi 0,90 olarak bulunmuştur.

2.2.4. İlişki Ölçekleri Anketi

İlişki Ölçekleri Anketi, Griffin ve Bartholomew tarafından (1994)'te geliştirilmiş, ülkemizde ise, Sümer ve Güngör (1999) tarafından geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Ölçeğin Türkçe'ye çevrilmesinde standart çeviri-tekrar çeviri yöntemi kullanılmıştır (Sümer ve Güngör, 1999).

İlişki Ölçekler Anketi otuz maddeden oluşmakta ve dört bağlanma stilini ölçmektedir. Ölçeğin alt boyutlarında; güvenli, korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma stilleri belirlenmektedir. Yedili likert tipi ölçektir. 1; beni hiç tanımlamıyor, 7; tamamıyla beni tanımlıyor anlamına gelmektedir.

2.3. İŞLEM

Çalışma katılımcıların Demografik Bilgi Formunu, Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği ve İlişki Ölçekleri Anketi verilmiştir. Türkiye'nin çeşitli şehirlerinde yaşayan gönüllü katılımcılara uygulanmıştır. Çalışmada yaşları 18-55 arasında değişen toplam 88 katılımcı yer almıştır.

2.4. VERİLERİN ANALİZİ

İstatistiksel analizleri için Statistical Package for Social Science for Windows (SPSS) 21.0 kullanılmıştır.

Bağlanma türlerine göre katılımcıların demografik özellikler açısından dağılımları χ^2 testi ile analiz edilmiştir. YAA ölçeğinden elde edilen toplam puan ve İÖA'den elde edilen güvenli, korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma alt test puanlarının yaş gruplarına göre fark gösterip göstermediği tek yönlü ANOVA ile analiz edilmiştir. Son olarak, YAA ölçeğinden elde edilen toplam puan ve İÖA'den elde edilen güvenli, korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma alt test puanlarının eğitim düzeyine göre fark gösterip göstermediği tek yönlü ANOVA ile analiz edilmiştir.

ÜÇÜNCÜBÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde araştırmadan elde edilen veriler, araştırmanın önemi ve araştırma soruları aktarılmaktadır.

3.1. ANALİZ SONUÇLARI

Katılımcıların yaş ortalaması (\bar{X}) 30,72 (Ss. = 9,08) olan katılımcıların 38'i (%43,2) erkek, 50'si (%56,8) kadındır. Katılımcılar çoğunlukla İstanbul (sıklık 9; % 10,2) ve Kocaeli (sıklık 67; %76,1) olmak üzere Ankara, Bursa, Eskişehir, İzmir, Kayseri, Kırşehir, Konya, Manisa, Sakarya, Samsun, Tokat ve Trabzon'da (sıklık 1; %1,1) yaşadıklarını bildirmiştir. Katılımcıların eğitim düzeyi sırasıyla ilkokul 4 (%4,5); ortaokul 3 (%3,4); lise 26 (%29,5); ön lisans 19 (%21,6); lisans 21 (%23,9); yüksek lisans 13 (%14,8) ve doktora 2 (%2,3) olarak bulunmuştur.

Tablo 3. Katılımcıların Cinsiyete Göre Dağılımı

Cinsiyet	n	%
Kadın	38	43,2
Erkek	50	56,8
Toplam	88	100,0

3.1.1. Demografik Değişkenlere Yönelik Analizler

İÖA'den hesaplanan toplam 4 puan sırasıyla güvenli, korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanmaya ilişkindir. Bu puanlardan en yüksek ortalamaya sahip olunan alt test puanı, kişinin bağlanma biçimini yansıtmaktadır. Bu çalışmada, katılımcılardan 2'sinin iki alt testte aynı yüksek puanı alması nedeniyle, bağlanma tarzı belirlenememiş; ilgili analizlerde bu katılımcılar analiz dışı bırakılmıştır. Çalışmanın katılımcılarının cinsiyet, eğitim düzeyi ve yaş grupları açısından söz konusu bağlanma türlerine dağılımları Tablo 1'de yer almaktadır. Ayrıca, bağlanma türlerine göre katılımcıların demografik özellikler açısından dağılımları χ^2 testi ile analiz edilmiştir. Analiz sonucunda bağlanma türlerinin dağılımları cinsiyet, eğitim düzeyi ve yaş gruplarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklar göstermemiştir (sırasıyla, cinsiyet için $\chi^2_{(3)}=6,543, p=0,088$; eğitim için $\chi^2_{(12)}=19,019, p=0,088$ ve yaş için $\chi^2_{(6)}=9,713, p=0,137$).

Tablo 4. Güvenli, Korkulu, Saplantılı ve Kayıtsız bağlanma gruplarının demografik özelliklere göre dağılımları açısından yürütülen χ^2 analizi sonuçları.

			Güvenli	Korkulu	Saplantılı	Kayıtsız	
Cinsiyet	Erkek	Sıklık	10	5	5	17	$\chi^2_{(3)}= 6,543$ p = 0,09
		Beklenen Sıklık	12,9	6,9	5,6	11,6	
	Kadın	Sıklık	20	11	8	10	
		Beklenen Sıklık	17,1	9,1	7,4	15,4	
Eğitim	İlk+Orta	Sıklık	1	3	1	2	$\chi^2_{(12)}= 19,019$ p = 0,09
		Beklenen Sıklık	2,4	1,3	1,1	2,2	
	Lise	Sıklık	10	7	3	6	
		Beklenen Sıklık	9,1	4,8	3,9	8,2	
	Önlisans	Sıklık	4	4	4	5	
		Beklenen Sıklık	5,9	3,2	2,6	5,3	
	Lisans	Sıklık	5	2	3	11	
		Beklenen Sıklık	7,3	3,9	3,2	6,6	
	Lisansüstü	Sıklık	10	0	2	3	
		Beklenen Sıklık	5,2	2,8	2,3	4,7	
Yaş	18-24 yaş	Sıklık	10	3	3	6	$\chi^2_{(6)}= 9,713$ p = 0,14
		Beklenen Sıklık	7,7	4,1	3,3	6,9	
	25-34 yaş	Sıklık	8	5	8	15	
		Beklenen Sıklık	12,6	6,7	5,4	11,3	
	35-55 yaş	Sıklık	12	8	2	6	
		Beklenen Sıklık	9,8	5,2	4,2	8,8	

3.1.2. Cinsiyet, Yaş Ve Eğitime Göre Karşılaştırma Analizleri

YAA ölçeğinden elde edilen toplam puan ve İÖA'den elde edilen güvenli, korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma alt test puanlarının cinsiyete göre fark gösterip göstermediği t testi ile analiz edilmiştir. Analiz sonucunda puanların hiçbirini cinsiyete göre fark göstermemiştir (bkz. Tablo 2).

Tablo 5. Kadın ve erkek katılımcıların YAA ve İÖA puanlarına ilişkin aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri ile farklara ilişkin t testi sonuçları.

Cinsiyet		N	$\bar{X} \pm Ss.$	T (sd=86)	p
YAA	Erkek	38	49,26 (10,857)	-0,769	0,45
	Kadın	50	51,30 (13,288)		
Güvenli	Erkek	38	4,43 (0,898)	0,068	0,95
	Kadın	50	4,41 (1,042)		
Korkulu	Erkek	38	3,76 (1,022)	-1,205	0,23
	Kadın	50	4,06 (1,229)		
Saplantılı	Erkek	38	3,66 (1,091)	-0,635	0,53
	Kadın	50	3,81 (1,129)		
Kayıtsız	Erkek	38	4,53 (0,970)	0,984	0,33
	Kadın	50	4,33 (0,910)		

Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi alt boyut puan ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre T-Test analizi yukarıdaki tabloda belirtilmiştir.

Kadın ve erkeğin güvenli bağlanma ölçek toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yoktur; $t(86)=-0,77$ $p>0,05$.

Kadın ve erkek öğrencilerin korkulu bağlanma ölçek toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yoktur; $t(86)=-1,21$; $p>0,05$.

Kadın ve erkek öğrencilerin saplantılı bağlanma ölçek toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yoktur; $t(86)=-0,64$; $p>0,05$.

Kadın ve erkek öğrencilerin kayıtsız bağlanma ölçek toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yoktur; $t(86)=0,99$; $p>0,05$.

Tablo 6.18-24, 25-34 ve 35-55 yaş grubu katılımcılarının YAA ve İÖA puanlarına ilişkin aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri ile farklara ilişkin tek yönlü ANOVA sonuçları.

Yaş		N	$\bar{X} \pm Ss.$	F (sd=2;85)	p
YAA	18-24 Yaş	24	51,92 (11,424)	2,119	0,126
	25-34 Yaş	36	47,28 (10,059)		
	35-55 Yaş	28	53,18 (14,830)		
Güvenli	18-24 Yaş	24	4,60 (1,070)	1,415	0,248
	25-34 Yaş	36	4,21 (0,860)		
	35-55 Yaş	28	4,53 (1,022)		
Korkulu	18-24 Yaş	24	3,99 (1,342)	0,257	0,774
	25-34 Yaş	36	3,83 (0,894)		
	35-55 Yaş	28	4,02 (1,284)		
Saplantılı	18-24 Yaş	24	3,93 (1,155)	0,627	0,537
	25-34 Yaş	36	3,75 (1,176)		
	35-55 Yaş	28	3,58 (0,988)		
Kayıtsız	18-24 Yaş	24	4,40 (1,050)	0,066	0,937
	25-34 Yaş	36	4,46 (0,923)		
	35-55 Yaş	28	4,37 (0,882)		

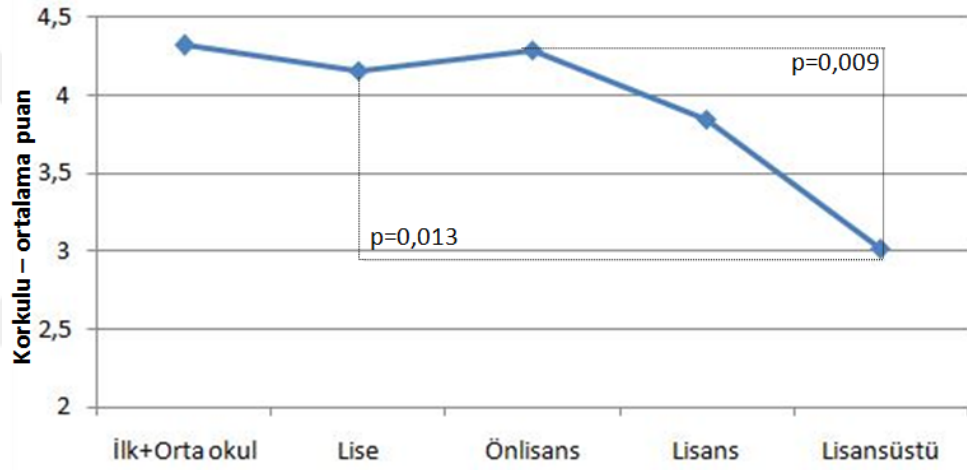
Aynı şekilde, YAA ölçeğinden elde edilen toplam puan ve İÖA'den elde edilen güvenli, korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma alt test puanlarının yaş gruplarına göre fark gösterip göstermediği tek yönlü ANOVA ile analiz edilmiştir. Analiz sonucunda yine puanların hiçbiri yaş gruplarına göre fark göstermemiştir (bkz. Tablo 5).

Tablo 7. İlk+ortaokul, lise, önlisans, lisans ve lisansüstü eğitim grupları katılımcılarının YAA ve İÖA puanlarına ilişkin aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri ile farklara ilişkin tek yönlü ANOVA sonuçları.

Yaş		N	$\bar{X} \pm Ss.$	F (sd=4;83)	p	Post hoc
YAA	İlk+Ortaokul	7	55,14 (17,180)	2,156	0,081	AD
	Lise	26	53,42 (11,325)			
	Önlisans	19	52,79 (11,482)			
	Lisans	21	45,00 (10,982)			
	Lisansüstü	15	47,60 (12,270)			
Güvenli	İlk+Ortaokul	7	4,51 (0,944)	0,482	0,749	AD
	Lise	26	4,48 (1,064)			
	Önlisans	19	4,20 (0,996)			
	Lisans	21	4,35 (0,963)			
	Lisansüstü	15	4,64 (0,892)			
Korkulu	İlk+Ortaokul	7	4,32 (0,426)	3,767	0,007	Lise <input type="checkbox"/> Lisansüstü Önlisans <input type="checkbox"/> Lisansüstü
	Lise	26	4,16 (1,116)			
	Önlisans	19	4,29 (1,173)			
	Lisans	21	3,85 (1,211)			
	Lisansüstü	15	3,02 (0,874)			
Saplantılı	İlk+Ortaokul	7	3,43 (1,644)	1,637	0,173	AD
	Lise	26	3,95 (1,068)			
	Önlisans	19	4,12 (1,395)			
	Lisans	21	3,37 (0,886)			
	Lisansüstü	15	3,58 (0,515)			
Kayıtsız	İlk+Ortaokul	7	4,63 (0,941)	1,103	0,361	AD
	Lise	26	4,48 (0,860)			
	Önlisans	19	4,49 (1,034)			
	Lisans	21	4,51 (1,059)			
	Lisansüstü	15	3,96 (0,706)			

Son olarak, YAA ölçeğinden elde edilen toplam puan ve İÖA'den elde edilen güvenli, korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma alt test puanlarının eğitim düzeyine göre fark gösterip göstermediği tek yönlü ANOVA ile analiz edilmiştir (bkz. Tablo 4). Analiz sonucunda, İÖA ölçeğinin korkulu bağlanma alt ölçek puanının eğitimin

düzeylerine göre anlamlı fark gösterdiği görülmüştür [$F_{(4,83)} = 3,767$; $p = 0,007$]. Farkın hangi eğitim düzeyleri arasında olduğunu belirlemek için yapılan *post hoc* analizde hem lise ($\bar{X} = 4,16$; $Ss.=1,116$) hem de önlisans [$\bar{X} = 4,29$; $Ss.=1,173$] eğitim düzeyinde olan katılımcıların lisansüstü ($\bar{X} = 3,02$; $Ss.= 0,874$) eğitim düzeyinde olanlardan anlamlı düzeyde yüksek korkulu bağlanma puanına sahip olduğu görülmüştür. Şekil 1'den izlenebileceği gibi, korkulu bağlanma alt test puanı eğitim düzeyinin artışı ile birlikte azalmakta, en düşük düzeyi lisansüstü eğitim düzeyine sahip katılımcılarda görülmektedir.



Şekil 1. Değişik eğitim düzeyinden gelen katılımcıların korkulu bağlanma alt test puanına ilişkin çizgi grafik.

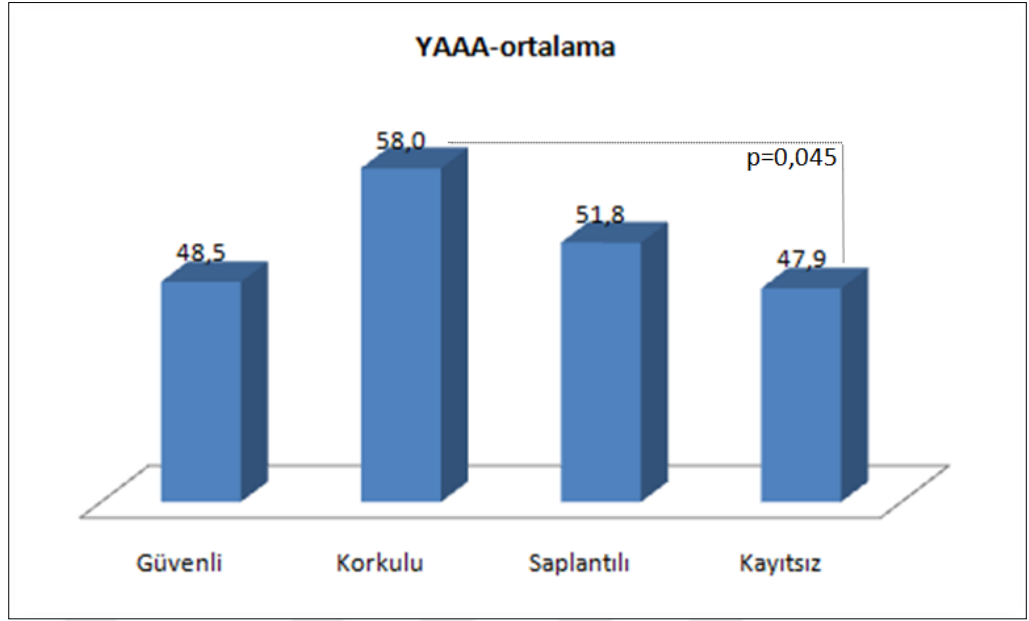
3.1.3. Bağlanma Türlerinde YAA Puanına İlişkin Karşılaştırma Analizleri

İÖA'nın alt testlerinden alınan puanlara göre bağlanma biçimleri açısından gruplara ayrılan katılımcıların YAA ölçeğinden aldıkları puanların fark gösterip göstermediği yine tek yönlü ANOVA ile analiz edilmiştir (bkz. Tablo 5).

Analiz sonucunda YAA puanının bağlanma gruplarında istatistiksel olarak anlamlı fark gösterdiği bulunmuştur [$F_{(3,82)} = 2,837$; $p = 0,043$]. Farkın hangi bağlanma grupları arasında olduğunu belirlemek için yapılan *post hoc* analizde korkulu bağlanma grubunun ($\bar{X} = 58,00$; $Ss. = 13,231$) YAA puanının kayıtsız bağlanma grubununkinden ($\bar{X} = 47,93$; $Ss. = 9,240$) anlamlı olarak yüksek olduğu görülmüştür. Şekil 2'den de izlenebileceği gibi, en yüksek YAA puanına sahip korkulu bağlanma grubu, kayıtsız bağlanma grubundan anlamlı olarak daha yüksektir.

Tablo 8. Bağlanma gruplarında YAA puanına ilişkin aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri ile farklılara ilişkin tek yönlü ANOVA sonuçları.

Bağlanma		N	$\bar{X} \pm Ss.$	F ($sd=3;82$)	p	<i>Post hoc</i>
YAA	Güvenli	30	48,47 (12,558)	2,837	0,043	Korkulu \square Kayıtsız
	Korkulu	16	58,00 (13,231)			
	Saplantılı	13	51,77 (14,048)			
	Kayıtsız	27	47,93 (9,240)			



Şekil 2. Güvenli, korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma gruplarında YAA Ölçeğinden alınan puan ortalamasına ilişkin çubuk grafik.

3.1.4. İlişkililik Analizleri

İÖA ve YAA puanları arasındaki bağımlılık ilişkisi Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi ile incelenmiştir (bkz. Tablo 6). Analiz sonucunda YAA puanı ile İÖA'nin korkulu ve saplantılı alt test puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif korelasyon katsayıları elde edilmiştir (sırasıyla, $r= 0,295$; $p = 0,005$ ve $r= 0,256$; $p = 0,016$). Buna göre YAA puanı arttıkça korkulu bağlanma ve saplantılı bağlanma puanları da artmaktadır.

Tablo9.YAA ve İÖA'den alınan puanlar arasındaki korelasyon katsayıları.

	YAA	Güvenli	Korkulu	Saplantılı	Kayıtsız
YAA	1.000				
Güvenli	-0,142	1,000			
Korkulu	0,295 **	-0,434 **	1,000		
Saplantılı	0,256 *	0,068	-0,034	1,000	
Kayıtsız	-0,058	-0,023	0,384 **	-0,151	1,000

* p \leq 0,05; ** p \leq 0,01; *** p \leq 0,001

Ayrıca İÖA'den alınan alt test puanlarından YAA puanının yordanabilirliği çoklu doğrusal regresyon analizi ile de incelenmiştir. Analiz sonucunda bağlanma puanları ile YAA puanı arasındaki ilişki ($R = 0,376$, $R^2 = 0,141$) anlamlı bulunmuştur [$F_{(4,82)} = 3,371$, $p = 0,013$]. Regresyon katsayılarının anlamlılık testleri göz önüne alındığında, yordayıcı değişkenlerden sadece korkulu ($p = 0,024$) ve saplantılı ($p = 0,034$) değişkenlerin YAA puanı üzerinde anlamlı yordayıcı olduğu görülmektedir (bkz. Tablo 10).

Tablo 10. İÖA'nin güvenli, korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma alt ölçek puanlarının yordayıcı, YAA toplam puanının yordanan değişken olarak ele alındığı çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları.

Değişken	B	Standart Hata	β	t	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	40,026	11,268	-	3,552	0,001	-	-
Güvenli	-0,568	1,446	-0,047	-0,393	0,696	-0,171	-0,043
Korkulu	3,177	1,380	0,295	2,301	0,024	0,238	0,246
Saplantılı	2,429	1,128	0,224	2,154	0,034	0,222	0,231
Kayıtsız	-2,013	1,444	-0,158	-1,394	0,167	-0,084	-0,152
R = 0,376		R ² = 0,141					
F _(4,82) = 3,371		p = 0,013					

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

TARTIŞMA VE SONUÇ

4.1. ANALİZ SONUÇLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

Araştırma örneklemini Türkiye'nin farklı illerinde yaşayan 88 kişi olup % 43,2'si kadın % 56,8'i kadındır ve katılımcıların yaş ortalaması 30,72'dir. Katılımcıların % 8'i ilkokul ve altı eğitim seviyesinde iken % 29'u lise, % 21'i önlisans, geri kalanı da lisans ve lisansüstü eğitim seviyesine sahiptir. Örneklemin cinsiyet bakımından dengeli, yaş bakımından genç ve eğitim bakımından genel olarak eğitilmiş olduğunu söylemek mümkündür.

Katılımcıların bağlanma yapısını ölçen İÖA'nın güvenli, korkulu, saplantılı ve korkulu bağlanma alt boyutlarında aldıkları puanların demografik özelliklere göre yapılan analizinde; cinsiyet, eğitim ve yaş değişkenlerinin bir farklılaşmaya yol açmadığı görülmektedir. Katılımcıların bu demografik değişkenlere göre İÖA'dan ve alt boyutlardan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur. Katılımcıların İÖA puan ortalamalarına bakıldığı zaman yaş, cinsiyet ve eğitim değişkenlerine göre puanların değiştiği ancak bu farkın istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olmadığı görülmektedir.

Katılımcıların ayrılma anksiyetesi düzeyini ölçen YAA puanlarının demografik özelliklere göre yapılan analizinde; yaş ve cinsiyet değişkenlerinin YAA puanlarında anlamlı bir farklılaşmaya yol açmadığı görülmektedir. Ancak katılımcıların aldığı puanların ortalamalarına bakıldığı zaman kadınların puanları erkeklere göre daha yüksek çıkmaktadır. Benzer şekilde farklı yaş gruplarında da puan farklılaşmalarının olduğu görülmektedir. Anlamlılık düzeyinde ele alındığında ise bu farklılaşmanın istatistikî bir değer taşımadığı görülmektedir.

Katılımcıların İÖA alt boyutlarından aldıkları puanların yaş, cinsiyet ve eğitim değişkenleri ile ilişkisini test etmeye yönelik olarak yapılan analizlere göre yaş ve

cinsiyet değişkenlerinin bir fark yaratmadığı ancak eğitim değişkeninin korkulu bağlanma alt boyutunda anlamlı düzeyde farklılığa neden olduğu görülmektedir. Yapılan testlere göre ilk+orta, lise ve ön lisans eğitimi alanların korkulu bağlanma puanları lisans ve lisansüstü eğitimi alanların korkulu bağlanma puanlarına göre anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır.

Eğitimin YAA puanları üzerindeki etkisini ölçmeye yönelik testlerin sonuçlarına göre eğitim düzeyi arttıkça katılımcıların anksiyete düzeyi düşmektedir. Ancak bu değişim istatistiksel olarak anlamlı düzeyde değildir.

Katılımcıların YAA puanlarının bağlanmanın alt boyutlarına göre değişip değişmediğini ölçmeye yönelik olarak yapılan analizlere göre korkulu ve kayıtsız bağlanma puanlarında anlamlı bir farklılık ortaya çıkmıştır. Yapılan testlere göre korkulu bağlanma grubunun YAA puanı kayıtsız bağlanma grubunun puanından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek çıkmaktadır. Dolayısı ile korkulu bağlanma grubunun ayrılma kaygısının kayıtsız bağlanma grubuna göre daha yüksek olduğunu söylemek mümkündür.

Araştırmada anksiyete ile bağlanma arasında istatistiksel bir ilişkinin olup olmadığı da analiz edilmiştir. Yapılan testlerden elde edilen bulgulara göre YAA ile İÖA arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır. YAA'nın korkulu bağlanma ve saplantılı bağlanma ile anlamlı bir ilişkisinin olduğu görülmektedir. Katılımcıların korkulu bağlanma ve saplantılı bağlanma puanları arttıkça YAA puanları artmaktadır.

Araştırmada son olarak bağlanma puanlarının YAA'yı yordayıp yordamadığı incelenmiştir. Testlerden elde edilen bulgulara göre korkulu bağlanma ve saplantılı bağlanma, YAA'yı istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordamaktadır.

4.2. ANALİZ SONUÇLARININ LİTERATÜRLE KARŞILAŞTIRILMASI

Araştırma örneklemini Türkiye'nin farklı illerinde yaşayan 88 kişi olup % 43,2'si kadın % 56,8'i kadındır ve katılımcıların yaş ortalaması 30,72'dir. Katılımcıların % 8'i

ilkokul ve altı eğitim seviyesinde iken % 29'u lise, % 21'i ön lisans, geri kalanı da lisans ve lisansüstü eğitim seviyesine sahiptir. Örneklemin cinsiyet bakımından dengeli, yaş bakımından genç ve eğitim bakımından genel olarak eğitilmiş olduğunu söylemek mümkündür.

Literatürde her yaş ve eğitim grubunu ele alan çalışmaların olduğunu söylemek mümkündür. Bizim araştırmamızın örneklemini genel olarak yetişkinleri araştırmaya dahil eden çalışmalarla uyumlu bir yapıdadır ve örneklem dağılımı bakımından benzerlikler olduğu gibi farklılıklar da söz konusudur.

4.2.1. İÖA Demografi İlişkisi

Şen (2007)'in araştırmasına göre bebeği olan annelerin bağlanma puan ortalamaları bebeğin yaşına göre değişmektedir. Bir aylık bebeği olan annelerin bağlanma puanları 97'nin üzerinde çıkarken iki aylık bebeği olan annelerin bağlanma puanı 96 puan civarındadır. Buna karşın üç aylık bebeği olan annelerin bağlanma puanları 98 puan üzerinde çıkarken dört aylık bebeği olan annelerin bağlanma puanları ise 96 puan civarında çıkmaktadır. Görüldüğü gibi annelerin bağlanma puanları oldukça yüksek çıkmaktadır ancak bu puanlar arasında anlamlı bir farklılık yoktur. Annelerin % 20'si kayıtsız bağlanma, % 29'u güvenli bağlanma, % 18,6'sı saplantılı bağlanma ve % 32'si korkulu bağlanma stiline uygun bağlanma davranışı sergilemektedir. Annelerin bağlanma puanları yaşa göre de değişmektedir. Bulgulara göre 38 yaş ve üzeri annelerin bağlanma puanları anlamlı düzeyde düşük çıkmaktadır. Çocukların cinsiyeti de annelerin bağlanma puanlarında anlamlı farklılaşmaya yol açmaktadır. Kız ya da erkek çocuğu olan annelerin bağlanma puanları her iki cinsiyette çocuğu olan annelerin bağlanma puanlarından anlamlı derecede yüksektir. Çocuklara ilişkin değişkenlerden çocuk yaşının da annelerin bağlanma puanını anlamlı düzeyde etkilemektedir. 1-3 yaş grubu çocuğu olan annelerle 4 altı yaş ve 7-9 yaş grubu çocuğu olan annelerin bağlanma puanları arasında anlamlı düzeyde fark vardır.

Çocukların ayrılık kaygısının bağlanma stillerine etkisini inceleyen bir araştırmaya göre çocukların % 48'i kaçınma bağlanma stilinde davranış

sergilemektedir. Araştırmaya dahil edilen çocukların % 31,2'si güvenli, % 20,2'si ise negatif bağlanma stilinde davranış sergilediği görülmektedir (Teze ve Arslan, 2016). Oktay ve Batıgün (2014: 35)'ün araştırmasında katılımcıların kaygılı bağlanma puanlarının kaçınmacı bağlanma ve güvenli bağlanma puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir. Bu durum hem kadın katılımcılar hem erkek katılımcılar için geçerlidir. Dilmaç ve ark. (2009)'nin araştırmasında 480 katılımcının 159'u güvenli bağlanma, 93'ü kayıtsız bağlanma, 148'i korkulu bağlanma ve 80'i saplantılı bağlanma grubuna uygun bağlanma davranışı sergilemektedir.

Dağlar (2016)'ın araştırmasına göre araştırmanın katılımcılarından olan annelerin güvenli bağlanma puanlarının ortalaması güvensiz kaçınan bağlanma ve güvensiz ikircikli bağlanma puan ortalamalarına göre daha yüksektir. Bunun yanında güvenli bağlanma gösteren anneler, toplam katılımcıların % 79'unu oluştururken güvensiz kaçınan bağlanan anneler % 14 ve ikircikli bağlanan anneler ise % 6 civarındadır.

İlkokul 3. Ve 4. Sınıf ile ortaokul 5. Ve 6. Sınıf öğrencisi çocuklarla yapılan bir araştırmaya göre katılımcıların cinsiyet, eğitim seviyesi, ailedeki kardeş sayısı gibi özellikleri güvenli bağlanma ve anneye güvenli bağlanma tarzı puanlarını etkilemektedir. Bulgulara göre orta çocukluk dönemindeki katılımcıların cinsiyeti ile ebeveyne güvenli bağlanma puanları arasında bir ilişki olup bu farklılık kız öğrenciler lehine gerçekleşmektedir. Eğitim seviyesinin etkisi ile ilgili testlerin sonuçlarına göre okul öncesi eğitim alan çocukların ebeveyne güvenli bağlanma puanları diğer çocukların güvenli bağlanma puanına göre daha yüksek çıkmaktadır. Ailedeki kardeş sayısı ile ilgili bulgulara göre ise ailede tek çocuk olan çocukların anneye güvenli bağlanma puanı diğer çocukların anneye güvenli bağlanma puanına göre daha yüksektir (Çelik ark., 2017).

Bağlanma stilleri ile eğitim arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu ortaya koyan çalışmalar vardır. Oktay ve Batıgün (2014)'ün araştırmasına göre eğitim düzeyi ile ilişkilerde bağlanmanın alt türleri arasında anlamlı bir ilişki vardır. Araştırmanın bulgularına göre eğitim düzeyi kişilerin kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma puanlarını etkilemektedir. Eğitim düzeyi arttıkça kaçınmacı ve kaygılı bağlanma

puanları düşmektedir. Aynı araştırmanın yaş ve cinsiyet değişkenlerine yönelik ölçümlerine göre ise her iki değişkenin de bağlanma puanları üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı görülmektedir.

Bağlanma stilleri, kişilerin özelliklerine göre değişkenlik gösterebilmektedir. Özdemir (2017)'in üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin narsistik kişilik özellikleri ile ilişkisini inceleyen araştırmasına göre cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, kardeş sayısı, ailedeki çocuk sırasındaki yer, aile tipi, aile ilişkileri, baba ile ilişkiler gibi bir çok değişken bağlanma stillerine etki etmektedir. Söz konusu araştırmanın bulgularına göre erkek katılımcıların kayıtsız bağlanma stili puanı daha yüksek iken diğer bağlanma stillerinde ise kadınların puanları daha yüksek çıkmaktadır. Yaş değişkeninde de benzer bir farklılık ortaya çıkarken her iki değişken için de görülen farklılığın istatistiksel olarak fazla anlam ifade etmediği de dikkat çekmektedir. Dolayısı ile söz konusu farklılıklar zayıf düzeyde bir farklılık olarak dikkat çekmektedir. Araştırmada incelenen sınıf düzeyi, kardeş sayısı, sırası, aile içi ilişkiler, baba ile ilişkiler değişkenlerinin de benzer şekilde bağlanma stillerinde farklılaşmaya yol açtığı ancak bu farklılaşmanın istatistiksel olarak yüksek bir anlamlılığa işaret etmediği görülmektedir.

Bireylerin geliştirdiği bağlanma stillerinin kişisel özellikler kadar toplumsal değer yargılarının ve yaşam biçiminin genel bir ifadesi olarak ele alabileceğimiz kültürel özelliklere göre biçimlendiği de görülmektedir. Sümer ve Güngör (1999)'ün yetişkin bağlanma stillerine yönelik kültürler arası karşılaştırması örneklem olarak seçilen Türk katılımcılarla Amerikalı katılımcıların bağlanma stillerinin alt boyutlarında farklılaşmalar gösterdiğine işaret etmektedir. Araştırmanın bulgularına göre Türk örnekleme saplantılı bağlanma stili puanları daha yüksek çıkarken Amerikan toplumundan seçilen örneklemin ise kayıtsız ve korkulu bağlanma alt boyut puanları daha yüksek çıkmaktadır.

Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II Orta Çocukluk Ölçeğinin Türkçe uyarlamasına yönelik bir araştırmanın bulgularına göre kaçınma ve kaygı olmak üzere iki alt boyutta ele alınan bağlanmanın kaygı, benlik algısı, yaşam doyumu, arkadaşlık ilişkilerinin boyutları gibi bir çok değişkenle yakın bir ilişkisi vardır. Bunun yanında kişilerin bağlanma puanlarının yaş, cinsiyet gibi demografik değişkenlerle de bir

ilişkinin olduğu görülmektedir. Kaçınma ve kaygı olmak üzere iki boyutlu bir ölçeğin elde edildiği çalışmada katılımcıların kaçınma puanlarının kaygı puanlarından yüksek olduğu görülmektedir. Bu fark özellikle erkeklerde daha yüksek çıkmaktadır. Kişilerdeki yaş artışının kaçınan bağlanma ve arkadaşlık kalitesi puanlarının artmasına yol açtığı görülürken anneye güvenli bağlanma, yaşam doyumu puanlarında düşmeye yol açmaktadır. Ancak yaşın kaygılı bağlanma ile bir ilişkisinin olmadığı görülmektedir. Araştırma bulgularına göre kızların erkeklere göre daha düşük bağlanma kaçınması puanına sahip olduğu görülmektedir. Ayrıca erkeklerin kaygı puanlarının kızlara göre daha düşük olduğu da görülmektedir. Dolayısı ile cinsiyetin hem bağlanma hem kaygı puanlarına etki ettiği görülmektedir. Sonuçlara göre erkeklerin arkadaşlara bağlanma puanı kızlardan daha yüksek çıkmaktadır (Kırimer, Akça ve Sümer, 2014).

Literatürdeki araştırmalar bağlanma stillerinin çeşitli sosyo-demografik özelliklere göre farklılaştığını ortaya koymaktadır. Yaş, cinsiyet, gelir düzeyi, ailedeki birey sayısı, doğum sırası, eğitim, kültür yapısı gibi bireye özgü değişkenler bunlar içerisinde önde gelenlerdir. Bizim araştırmamızda ele alınan değişkenler yaş, cinsiyet ve eğitim olup yaş ve cinsiyetin bağlanma stilleri üzerine bir etkisinin olmadığı görülmektedir. Buna karşın eğitim değişkeninin korkulu bağlanma alt boyutunda anlamlı düzeyde farklılaşmaya yol açtığı görülmektedir. Bu açıdan elde edilen bulguların bir kısmının literatürden farklılaştığı, eğitim değişkeni ile ilgili bulguların ise genel olarak literatürle örtüştüğü görülmektedir. Ayrıca yaş ve cinsiyet değişkenlerinin bağlanma puanları üzerinde anlamlı düzeyde olmasa da farklılaşmaya yol açtığı da görülmektedir.

4.2.2. Bağlanmaya Göre Anksiyete

Bağlanma stilleri ile kaygı ve bilgi işleme arasındaki ilişkiyi ele alan bir araştırmada güvensiz bağlanma ile depresyon ve kaygı arasında yüksek bir korelasyonun olduğu tespit edilmiştir. Yetişkinlere yönelik olarak yapılan ve bağlanmayı güvenli ve güvensiz bağlanma olarak ele alan araştırmanın bulgularına göre olumlu anne algısı yükseldikçe kaygı düzeyinde düşme görülmektedir. Anne ile ilgili

değişkenlerin semptomlarla ilişkisi sınırlı düzeyde iken baba ile ilgili tüm değişkenlerin anneye göre daha etkili olduğu da görülmektedir. Bunların yanında bağlanmanın yakınlaşma, psikolojik bozukluklar, yalnızlık, depresyon gibi değişkenlerle ilişkisini tespit etmeye yönelik analizlerin sonuçlarına göre bireylerin güvenli bağlanma düzeyindeki artış, olumsuz nitelikli semptomlarda azalmaya yol açarken güvensiz bağlanma ise artışa yol açmaktadır. Dolayısıyla güvenli bağlanma tarzının olumlu güvensiz bağlanma tarzının ise olumsuz etkilerinin olduğu görülmektedir. Araştırmanın bulguları güvensiz bağlanmanın depresyon ve sürekli kaygı puanları ile yakın bir ilişki içerisinde olduğunu ve bu ilişkinin negatif yönlü olduğunu ortaya koymaktadır (Özsoy, 2015).

Depresyon ve daha ileri seviyedeki psikolojik sorunların bağlanma stilleri ile ilişkisi, literatürde üzerinde durulan konulardandır. Sümer ve ark.. (2009)'nin bağlanma stilleri ile depresyon, obsesif kompulsif bozukluk ve panik bozukluk arasındaki ilişkiyi inceleyen klinik çalışmasına göre sağlıklı bireylerden oluşan kontrol grubunun bağlanma kaygısı diğer gruplara göre daha düşük düzeyde çıkmaktadır. Depresyon grubundaki katılımcıların ise obsesif kompulsif bozukluk ve panik bozukluk gruplarına göre daha yüksek düzeyde kaçınma puanına sahip oldukları görülmektedir.

Sürekli kaygı ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi test eden Dilmaç ve ark., (2009)'ın araştırmasına göre saplantılı bağlanma ve korkulu bağlanma puanı yüksek kişilerin sürekli kaygı puan ortalamaları, güvenli bağlanma stilinde olan bireylerden anlamlı düzeyde yüksek çıkmaktadır. Dolayısı ile saplantılı ve korkulu bağlanmada kaygı ve stresin daha yüksek seyrettiğini söylemek mümkündür. Şen (2007)'in araştırmasına göre annelerin kaygı ölçeği puan ortalamaları ile bağlanma puanları arasında negatif yönde, orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki vardır. Annelerin kaçınma kaygı ölçeği alt puanları ile bağlanma puanı arasında negatif yönde, orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki vardır.

Anne ret algısının kaygı ile ilişkisini ve bu ilişkide şemaların rolünü açıklamaya yönelik bir çalışmada anne ile sürdürülen ilişkide ret algısının kaygı ve depresyon düzeyini anlamlı bir şekilde etkilediği görülmektedir. Çalışmada aracılık rolü incelenen şemalardan ayrılma-reddedilme şema alanının anne ret algısı ile ilişkisinin

diğer şema alanlarına göre daha yüksek olduğu ve anneden ayrı düşmeyi ifade eden durumların kaygı ve depresyonu diğer değişkenlere göre daha yüksek düzeyde yordadığı da görülmektedir (Atalar ve Gençöz, 2015).

Anne çocuk ilişkisini kaygı ve bağlanma değişkenleri açısından inceleyen bir araştırmada, araştırmaya dahil edilen annelerin bağlanma biçimlerinden kaygı, kaçınma ve toplam bağlanma puanları ile ayrılma kaygıları arasında bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Annelerin kaygı ve kaçınma bağlanma puanları arttıkça ayrılma kaygıları da artmaktadır. Aynı araştırmada annelerin bağlanma biçimleri ile çocukların ayrılma kaygısı arasındaki ilişki de incelenmiş ve iki değişken arasında herhangi bir ilişki bulunamamıştır. Benzer şekilde öğretmenlerin bağlanma biçimleri ile de çocukların ayrılma kaygısı arasında bir ilişki yoktur (Küçüködük, 2015).

Sosyalleşmenin düzeylerini de açıklamakta önemli bir kavram olan sosyal bağlılık, kişilerdeki bağlanma stillerini anlamlı bir şekilde açıklamaktadır. Gültekin ve Arıcıoğlu (2017)'nin sosyal bağlanma ile bağlanma stilleri ilişkisini inceleyen araştırmasına göre iki değişken arasında anlamlı bir ilişki vardır. Araştırmada elde edilen bulgulara göre bağlanmanın alt boyutlarını oluşturan dört bağlanma stili, sosyal bağlılığın % 29'unu açıklamaktadır. Araştırmaya göre sosyal bağlılık ile korkulu, kayıtsız ve saplantılı bağlanma arasında negatif yönlü bir ilişki vardır.

Anneye bağlanma ve ayrılık kaygı/korkusu özellikle erken dönem çocuklukta önemli bir durum olup, bireylerin sonraki dönem kişilik gelişiminde de belirleyici bir rol oynamaktadır. 6 yaş çocukların bağlanma stilleri ile ayrılık kaygısı ve bazı değişkenlerin ilişkisini inceleyen bir araştırmaya göre bağlanma stilleri ile ayrılık kaygısı arasında anlamlı bir ilişki vardır. Araştırma bulgularına göre ayrılık kaygısının boyutlarını oluşturan yalnız kalma korkusu, terk edilme korkusu puanları ile bağlanma puanları arasında negatif yönlü bir ilişki vardır. Annesi çalışan çocukların daha fazla terk edilme korkusu yaşadığı görülürken negatif bağlanma stillerine sahip çocukların da güvenli bağlanma ve kaçınma stiline sahip çocuklardan daha yüksek kaygıya sahip olduğu görülmektedir (Teze ve Arslan, 2016). Dolayısı ile erken çocukluk dönemindeki çocuklarda hem bağlanma hem kaygı puanlarının farklılaştığını ve bağlanma stillerine göre ayrılma kaygısı puanlarının farklılaştığını söylemek mümkündür.

Ayrılma anksiyetesinin bağlanma üzerindeki etkisini ölçen testlere göre YAA puanı bazı bağlanma stillerinde anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Yapılan ölçümlerde korkulu bağlanma stiline sahip bireylerin YAA puanlarının kayıtsız bağlanma stiline sahip bireylerin YAA puanlarından daha yüksek olduğu görülmektedir. Literatürdeki araştırmalarda genel olarak anksiyete/kaygı, ayrılma anksiyetesi gibi benzer değişkenlerin bağlanma stilleri ile ilişkisi ele alınmıştır. Araştırmalara bakıldığında zaman bireylerin (çocuklar ve/veya yetişkinler) anksiyete düzeylerine göre bağlanma stilleri farklılaşabilmektedir. Dolayısı ile bizim araştırmamızdaki bulguların literatürdeki bulgularla kısmen de olsa örtüştüğünü söylemek mümkündür. Ancak bu YAA puanlarının bağlanma stillerinde ne düzeyde etki yaptığını daha kapsamlı olarak araştırmanın yararlı olacağı açıktır. Çünkü araştırmalarda genel olarak anksiyete-bağlanma stili ilişkisi sorgulanırken anksiyete puanlarına göre hangi bağlanma stilinin geliştiğine ilişkin ölçümlere fazla alan açılmadığı görülmektedir.

4.2.3. Bağlanma – Anksiyete İlişkisi

Sümer ve Güngör (1999)'ün araştırmasında bağlanma stilleri ile kaygı, onaylanma kaygısı, memnun etme isteği gibi değişkenlerle ilişki de incelenmiş ve değişkenler arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkilerin olduğu görülmüştür. Araştırma bulgularına göre güvenli bağlanma stili ile sürekli kaygı, onaylanma kaygısı ve başkalarını memnun etme isteği arasında anlamlı ve negatif bir ilişki vardır. Korkulu ve saplantılı bağlanma stilleri ile aynı değişkenler arasındaki ilişki ise olumlu yönde ve anlamlı düzeyde çıkmaktadır. Kayıtsız bağlanma stilinin aynı değişkenlerle ilişkisi ise istatistiksel olarak anlamlı düzeyde görülmemektedir. Araştırmada ayrılık kaygısı ve yalnızlıktan hoşlanma değişkenlerinin saplantılı ve kayıtsız stiller ile ters yönlü bir ilişki içerisinde olduğu görülmüştür. Bunun yanında saplantılı stilin ise ayrılık kaygısı ile yüksek düzeyli, yalnızlıktan hoşlanma ile ise düşük düzeyli bir ilişki içerisinde olduğu görülmektedir.

Anaokulu çağındaki çocuklardaki ayrılma anksiyetesinin YAA ve ebeveyn bağlanma biçimleri ile ilişkisini inceleyen bir araştırmanın bulgularına göre çocukların anksiyete düzeyi ile YAA ve ebeveyn bağlanma biçimleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır ve bağlanma puanları çocukların özdenetim becerileri ile akademik becerilerine etki etmektedir. Araştırmaya göre çocukların toplam anksiyete puanları ile YAA ve ebeveyn ayrılık anksiyetesi belirti puanları arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki vardır. Çocukların toplam anksiyete puanları ile annelerin güvensiz bağlanma, ikircikli bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki vardır. Ayrıca çocukların anksiyete puanları ile YAA arasında da anlamlı bir ilişki vardır (Dağlar, 2016).

Ayrılma anksiyetesi, özellikle çocuklarda davranışsal bozukluklara yol açarken mizacın gelişimini de olumsuz yönde etkilemektedir. Ayrılma anksiyetesi bozukluğu görülen çocuklarda çevresel uyarıcılara karşı belirgin bir çekingenliğin olduğu görülmektedir. Davranışsal olarak geride durmayı içeren bu durum, çocukların sosyalleşmesinde ve çevreye uyum sağlamasında önemli zorlukları da içermektedir. Bunun yanında ayrılma kaygısı yaşayan çocukların diğer çocuklara göre daha şiddetli tepkiler vermekte, huzursuz ve keyifsiz davranışlar sergilemektedirler. Ayrılma kaygısı yaşayan çocuklarda dikkat dağınıcı öğelerle baş etme zorluklarının olduğu ve böyle durumlarda yaptıkları işe ilgilerini kısa sürede kaybettikleri görülmektedir (Bellibaş, Büküşoğlu ve Erermiş, 2005).

Bireylerin depresif geçmişleri ve yaşadıkları travmalar, bağlanma stillerine etki edebilmektedir. Bağlanmayı kaygı ve kaçınma boyutları ile ele alan Özdemir (2012)'in 345 katılımcıyı majör depresyon, panik bozukluğu ve kontrol grubu olarak üçe ayırarak yaptığı klinik çalışmanın bulgularına göre grupların kaygı ve kaçınma puanları istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Araştırma bulgularına göre majör depresyon grubunun hem kaygı hem kaçınma puanları diğer iki grubun puanlarından anlamlı derecede yüksek çıkmaktadır. Ayrıca panik bozukluğu grubunun puanları da kontrol grubuna göre anlamlı derecede yüksek çıkmaktadır. Temel olarak erken çocukluk döneminde yaşanan önemli olayların bağlanmada kaygı ve kaçınmayı ne düzeyde etkilediğini tespit etmeye çalışan araştırmanın bulgularına göre geçmişte yaşanan travmatik olaylar kaygı ve kaçınmayı etkilemektedir. Araştırmanın cinsiyet ve medeni durum değişkenine ilişkin bulguları ise kadınlarda ve bekarlarda kaçınma

puanlarının istatistiksel olarak daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Sonuç olarak aile bütünlüğü, anne sütünü alma süresi, ilgisiz bakım, aşırı ya da az kontrol, anne-baba hastalığı, çocuklukta geçirilen hastalıklar, çocuklukta anneden ayrılma, çocuklukta yaşanan cinsel travma değişkenlerinin bağlanmanın kaygı ve kaçınma boyutlarını istatistiksel olarak anlamlı düzeyde etkilediği görülmektedir.

Literatürdeki araştırmalarda anksiyete, ayrılık anksiyetesi ile kaygı ve depresyon gibi klinik boyutlara varan değişkenlerle bağlanma stilleri arasındaki ilişki çeşitli açılardan incelenmiştir. Bu araştırmalarda hem anksiyete hem bağlanma stillerine etki eden faktörlere de yer verilirken genel olarak iki değişken arasındaki ilişki sorgulanmış ve demografik değişkenlerin etkileri de göz önüne alınarak bu ilişki açıklanmaya çalışılmıştır. Araştırmaların bulgularına bakıldığında zaman anksiyete, ayrılma anksiyetesi gibi değişkenlerle bağlanma stilleri arasında belirgin bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Bulgular özellikle korkulu ve saplantılı bağlanma stillerindeki farklılaşmayı öne çıkarmaktadır. Birçok araştırmada korkulu ve saplantılı bağlanma ile kaygı ve anksiyete arasında güçlü bir ilişki olduğu ortaya konulmuş durumdadır. Öte yandan araştırmaların kullandığı ölçekler farklılaşabildiği için temelde aynı durumu ifade eden bağlanma alt boyutlarının isimlerinde farklılaşma da söz konusudur. Bu isimlendirme farkının olduğu bazı çalışmalarda güvensiz bağlanma, ikircikli bağlanma gibi bağlanma stillerine yer verilmiş olup bu bağlanma stilleri ile ayrılık anksiyetesi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin olduğu ortaya konulmaktadır.

Bizim araştırmamızın bulguları, literatürdeki bulgularda önemli ölçüde örtüşmekte ve literatürde sıklıkla öne çıkan korkulu ve saplantılı bağlanmanın ayrılık anksiyetesi ile yakın ilişkisine işaret etmektedir. Elde ettiğimiz bulgulara göre YAA puanları arttıkça korkulu bağlanma ve saplantılı bağlanma puanları anlamlı düzeyde artış göstermektedir. Bunun yanında bulgulara göre korkulu ve saplantılı bağlanma stilleri, ayrılık anksiyetesini anlamlı düzeyde yordamaktadır. Dolayısı ile araştırmanın temel amacına uygun olarak yapılan ilişki analizlerinde elde edilen bulguların literatürdeki bulgularla önemli ölçüde örtüşüğünü söylemek mümkündür.

İnsanlar doğuştan itibaren özellikle ebeveynleri ile özel bir bağ içerisindedir. Çocuğun doğuşundan önceki dönemlerde başlayan bu bağ, anne-çocuk arasındaki özel

bir bağ olarak ele alınmakta olup doğumdan itibaren her ikisinin de karşılıklı bir bağlılık duygusuna yol açmaktadır. En g¼c¼l¼ Őekliyle anne-çocuk arasında s¼z konusu olan bu bağlılık doğal olarak bir ayrılık korku ve kaygısını da beraberinde getirmektedir. Literat¼rde bir çok araştırmada anne-çocuk arasındaki bağlanma ilişkisi ve ayrılık korkusu ele alınmış olup iki değişken arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu bulgulanmıştır.

Ayrılık anksiyetesi ve bağlanma, her yaştan bireyler iwin s¼z konusu olup kişiye özg¼ demografik değişkenlere g¼re farklılaşmalar g¼sterebilmektedir. Ancak araştırmalar korkulu ve saplantılı bağlanma stilleri ile ayrılık anksiyetesi arasında oldukça g¼c¼l¼ bir ilişkinin olduğunu ve hemen her demografik grupta bu ilişkinin g¼c¼l¼ ya da zayıf bir Şekilde g¼zlendiđini ortaya koymaktadır.

Bu araştırmada yetişkin ayrılık anksiyetesi ile bağlanma stilleri arasındaki ilişki incelenmiş olup literat¼rdeki bulgulara benzer bir ilişkinin olduğu g¼r¼lm¼řt¼r. Özellikle korkulu ve saplantılı bağlanma stillerine sahip bireylerin ayrılık anksiyetesi puanlarının y¼ksek çıktığı g¼r¼lmektedir. Dolayısı ile çocukluk çağında hemen her d¼nem iwin s¼z konusu olan bu ilişkinin yetişkinler açısından da g¼c¼l¼ bir Şekilde varlığını koruduğunu s¼ylemek m¼mk¼nd¼r. Öte yandan eğitim gibi bazı değişkenler anksiyete d¼zeyine ve bağlanma stillerine etki edebilmektedir.

BEŞİNCİ BÖLÜM

SINIRLILIKLAR

Bu araştırmada demografik değişkenler yaş, cinsiyet ve eğitim düzeyi ile sınırlı tutulmuştur. Araştırmalarda gelir düzeyi, ocuk sayısı, doğum sırası, anne-babaya veya eşe ilişkin özellikler gibi bir çok demografik değişkenin de incelemelere dhil edildiği ve bu değişkenlerin farklılaşmaya yol açtığını ortaya koyan bulgulara ulaşıldığı görülmektedir. Bu araştırmanın bulgularından hareketle demografik değişkenleri çeşitlendirerek karşılaştırmalı araştırmaların yapılmasının ayrılma anksiyetesi ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin çok boyutlu olarak anlaşılmasında önemli yararlarının olacağı düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan katılımcıların herhangi bir patolojilerinin olup olmadığı bilinmemektedir. Katılımcıların tümü araştırmada sağlıklı bireyler olarak değerlendirilmiştir. Bu durum da araştırmanın bir diğer sınırlılığıdır.

KAYNAKLAR

- Alkan, M. (2007). Duygudurum ve Kaygı Bozukluklarında Panik-Agorafobik Spektrumun ve Erişkin Ayrılma Kaygısının Komorbiditesi ve Etkileri. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi, İzmir.
- Alkan, M. (2007). Duygu durum ve Kaygı Bozukluklarında Panik-Agorafobik Spektrumun ve Erişkin Ayrılma Kaygısının Komorbiditesi ve Etkileri. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi, İzmir.
- Amerikan Psikiyatri Birliği. (1998). Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı. DSM-IV. Körolu, E. (çev.). Ankara. Hekimler Yayın Birliği.
- Amerikan Psikiyatri Birliği. (2013). Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı. DSM-V. Körolu, E. (çev.). Ankara. Hekimler Yayın Birliği.
- Atalar, D. S., Gençöz, T., (2015), “Anne Ret Algısı ile Psikolojik Sorunlar Arasındaki İlişkide Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Aracı Rolü”, Türk Psikiyatri Dergisi, 26(1), ss. 40-47.
- Balkaya, F., (2005). “Bilgi İşleme Süreçleri Açısından Bağlanma Kuramının Yeniden Ele Alınması”, Türk Psikoloji Yazıları, 8 (Özel Ek Sayı), ss. 17-39.
- Bellibaş, E., Büküşoğlu, N., Erermiş, S., (2005), “Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğu Tanılı Bir Grup Çocukta Mizaç Özellikleri”, İzmir, Ege Tıp Dergisi, 44(1), ss. 39-44.
- Bowlby, J. (2012), Güvenli Bir Dayanak: Ebeveyn-Çocuk Bağlanması ve Sağlıklı İnsan Gelişimi. Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları. İstanbul:(Çev. Güneri, S.).
- Bowlby, J. (2013). Bağlanma. Pinhan Yayıncılık. İstanbul. (Çev. Soyulu, T.).
- Büküşoğlu. N., (2004),“Çocuklarda Okul Fobisi Gelişimine Etki Eden Faktörlerin İncelenmesi”, Ege Pediatri Bülteni, 11(2).

- Çalışır, M., (2009),“Yetişkin Bağlanma Kuramı ve Duygulanım Düzenleme Stratejilerinin Depresyonla İlişkisi”, *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar- Current Approaches Psychiatry*,1 ss. 240-255.
- Çelik, H., Ekşi, H., Gülsu, N., (2017),“Orta Çocukluk Döneminde Güvenli Bağlanma İle Mükemmeliyetçiliğin Çeşitli Değişkenler Bağlamında İncelenmesi”, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik*, 7(47), Ocak, ss. 53-68.
- Chansky, T. (2009). *Çocuklarda Endişe*. Kuraldışı Yayıncılık. İstanbul. (Çev. Kandemir E.).
- Dağ, İ. ve Gülüm, V., (2013),“Yetişkin Bağlanma Örüntüleri İle Psikopatoloji Belirtileri Arasındaki İlişkide Bilişsel Özelliklerin Aracı Rolü: Bilişsel Esneklik”,*Türk Psikiyatri Dergisi*, 24(4), ss.240.
- Dağlar, K. (2016). *Okul Öncesi Çocuklarda Anksiyete Belirtileri İle Annelerinin Bağlanma Biçimleri Ve Ayrılık Anksiyeteleri Arasındaki İlişki*. İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Dilmaç, B., Hamarta, E., Arslan, C., (2009), “Üniversite Öğrencilerinin Sürekli Kaygı Ve Denetim Odaklarının Bağlanma Stilleri Açısından İncelenmesi”, *Kuram Ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 9(1), Kış, ss. 127-159.
- Diriöz, M., Alkin, T., Yemez, B., Onur, E.,ve Eminağaoğlu, N., (2011), “Ayrılma Anksiyetesi Belirti Envanteri İle Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketinin Türkçe Versiyonunun Geçerlik ve Güvenirliği”, *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22.
- Doksat, N. G., ve Ciftci, A. D., (2016), “Bağlanma ve Yaşamdaki İzdüşümleri”, *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi*, 25(4), ss. 489-501.
- Erermiş, S., Bellibaş, E., Özbaran, B., Büküşoğlu, N. D., Altintoprak, E., Bildik, T., ve Çetin, S. K., (2009), “Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğu Olan Okul Öncesi Yaş Grubu Çocukların Annelerinin Mizaç Özellikleri” ,*Türk Psikiyatri Dergisi*, 20 (1).

- Gültekin, F., Arıcioğlu, A.H., (2017), "Üniversite Öğrencilerinde Bağlanma Stilleri Ve Sosyal Bağlılık İlişkisi" Sakarya University Journal Of Education, 7 (2), ss. 373-384.
- Hazan, C. ve Shaver, P.R., (2000), " Bağlanma: Yakın İlişkilerle İlgili Araştırmalar İçin Birçerçeve" (Çev: Dönmez, A.), Türk Psikoloji Bülteni 6 (16-17) ss. 29-50.
- Kapçı, G. ve Küçüker, S., (2006), "Ana Babaya Bağlanma Ölçeği: Türk Üniversite Öğrencilerinde Psikometrik Özelliklerinin Değerlendirilmesi", Türk Psikiyatri Dergisi, 17 (4), ss. 286-295.
- Kesebir S., Kavzoğlu S. Ö., ve Üstündağ M. F., (2011), "Bağlanma ve Psikopatoloji" Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar - *Current Approaches in Psychiatry*, 3 (2) ss. 321-342.
- Kırimer, F., Akça, E., Sümer, N., (2014), "Orta Çocuklukta Anneye Kaygılı ve Kaçınan Bağlanma: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II Orta Çocukluk Dönemi Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması", Türk Psikoloji Yazıları, 17(33), Haziran, ss. 45-57.
- Küçüködük, C. (2015). 3-5 Yaş Arasında Ve Anaokuluna Giden Çocuk Annelerinin Ayrılma Kaygısı Ve Bağlanma Biçimleri İle Çocuğun Davranışları Ve Ayrılma Kaygısı Arasındaki İlişki: Bilişsel Esnekliğin Aracı Rolü. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- Oktay, B., Batıgün, A. D., (2014), "Aleksitimi: Bağlanma, Benlik Algısı, Kişilerarası İlişki Tarzları Ve Öfke" Türk Psikoloji Yazıları, 17 (33), Haziran, ss. 31-40.
- Özdemir, S., (2012),"Panik Bozukluğu Ve Majör Depresif Bozuklukta Bağlanma Boyutlarının Araştırılması", İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi, Uzmanlık Tezi, Malatya.
- Özdemir, H. E. (2017). Bir Grup Üniversite Öğrencisinde Bağlanma Stilleri İle Narsisizm Arasındaki İlişki: Reddedilme Duyarlılığının Aracı Rolü. Işık

Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.

Özsoy, Ece Varlık. (2015). Bağlanma, Anksiyete ve Bilgi İşleme. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara.

Sümer, N., Ünal S., Selçuk, E., Kaya, B., Polat, R., ve Çeken, B., (2009), “Bağlanma ve Psikopatoloji; Bağlanma Boyutlarının Depresyon, Panik Bozukluk ve Obsesif-Kompulsif Bozuklukla İlişkisi”, Türk Psikoloji Dergisi, 24 (63), ss. 38-45.

Sümer, N. ve Güngör, D., (1999),“Yetişkin Bağlanma Stilleri Ölçeklerinin Türk Örnekleme Üzerinde Psikometrik Değerlendirmesi ve Kültürlerarası Bir Karşılaştırma”, Türk Psikoloji Dergisi, 14(37-43), ss: 71-106.

Şen, S. (2007). Anneanne – Anne – Bebek Bağlanmasının İncelenmesi. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İzmir.

Teze, S., Arslan, E., (2016), “Annesi Çalışan 6 Yaş Çocukların Ayrılık Kaygısının Bağlanma Stilleri Açısından İncelenmesi”, International Journal Of Social Science, 52ss: 417-435. Türkçapar H., (2004), “Anksiyete Bozukluğu ve Depresyonun Tanısal İlişkileri”, Klinik Psikiyatri, Ek 4 ss: 12-16.

Yücelten, E. (2016). Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Akıllı Telefon Bağımlılığının Bağlanma Stilleri ile İlişkisinin İncelenmesi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul

EKLER

Ek 1. Bilgilendirilmiş Gönüllü olur Formu

Ek 2. Demografik Bilgi Formu

Ek 3. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi

Ek 4. İlişki Ölçekleri Anketi



Ek 1.

BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ OLUR FORMU

ÇALIŞMANIN ADI: Yetişkin ayrılma kaygısı düzeyinin, bağlanma biçimleri ile ilişkisinin incelenmesi

Aşağıda bilgileri yer almakta olan bir araştırma çalışmasına katılmanız istenmektedir. Çalışmaya katılıp katılmama kararı tamamen size aittir. Katılmak isteyip istemediğinize karar vermeden önce araştırmanın neden yapıldığını, bilgilerinizin nasıl kullanılacağını, çalışmanın neleri içerdiğini, olası yararları ve risklerini ya da rahatsızlık verebilecek yönlerini anlamanız önemlidir. Lütfen aşağıdaki bilgileri dikkatlice okumak için zaman ayırınız. Eğer çalışmaya katılma kararı verirsiniz, **Çalışmaya Katılma Onayı Formu**'nu imzalayınız. Çalışmadan herhangi bir zamanda ayrılmakta özgürsünüz. Çalışmaya katıldığınız için size herhangi bir ödeme yapılmayacak ya da sizden herhangi bir maddi katkı/malzeme katkısı istenmeyecektir./ Araştırmada kullanılacak tüm malzemeler ve yapılabilecek tüm harcamalar araştırmacı tarafından karşılanacaktır (iki cümleden biri olabilir)

ÇALIŞMANIN KONUSU VE AMACI : Ayrılma kaygısı sadece çocukların yaşadığı bir durum değildir. Yetişkinler de güvenli hissettikleri bir yerden ayrı kalınca ya da eşi, çocuğu gibi sevdiği kişilerden uzakta olunca kaygı ve rahatsızlık hissetmektedir. Bu kaygının bağlanma biçimleri ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır.

ÇALIŞMA İŞLEMLERİ: Bu çalışmaya katıldığınız takdirde size doldurmanız gereken üç adet form verilecektir. Bunlardan ilkinde bazı demografik verilerinizle ilgili sorular bulunmaktadır. Bu form çalışmacılar tarafından hazırlanmıştır. Diğer iki form ise standardize ölçeklerdir. Bu formlar sizin ayrılma kaygısı düzeyiniz ve bağlanma biçiminiz hakkında bilgi verecektir. Tüm formları eksiksiz doldurmanız beklenmektedir.

ÇALIŞMAYA KATILMAMIN OLASI YARARLARI NELERDİR?: Çalışmaya katılmanız durumunda literatüre bu konu hakkında destek sağlayarak veri eklememize yardımcı olacak, bilime katkı sağlayacaksınız.

KİŞİSEL BİLGİLERİM NASIL KULLANILACAK?: İsim, soy isim veya şahsınızı deşifre edebilecek hiçbir bilgi kullanılmayacak ve açıklanmayacaktır.

SORU VE PROBLEMLER İÇİN BAŞVURULACAK KİŞİLER :

1. Tuğba Korkmaz 0505610290

Ek 2.

DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

1.Cinsiyetiniz

A)Kadın B)Erkek

2.Yaşınız:

3.Yaşadığınız şehir:

4. Eğitim durumunuz:

İlkokul

Orta okul

Lise

Önlisans

Lisans

Yüksek Lisans

Doktora

Ek 3.

YETİŞKİN AYRILMA ANKSİYETESİ ANKETİ

Aşağıdaki sorular bir yetişkin (18 yaş üzeri) olarak yaşamış olabileceğiniz bazı belirtilere yöneliktir. Lütfen bu belirtileri yaşıyıp yaşamadığınıza göre sorunun karşısındaki uygun yeri işaretleyiniz.

Lütfen tüm soruları yanıtlayınız.

	Çok Sıklıkla	Sıklıkla	Nadiren	Hiç
1- Size yakın olan kişilerle birlikte evinizdeyken kendinizi daha güvende hissettiniz mi?				
2- Evinizden saatlerce uzak kalmakta zorluk çektiniz mi?				
3- Çantanızda veya cüzdanınızda size güven ya da huzur veren bir şeyler taşıyor musunuz?				
4- Uzun bir yolculuğa çıkmak üzere evden ayrılmazdan önce aşırı stres yaşadınız mı?				
5- Size yakın olan birinden ayrılmakla ilgili kâbuslar ya da rüyalar gördüğünüz oldu mu?				
6- Bir yolculuğa çıkmanızdan önce size yakın olan birinden ayrılmakla ilgili aşırı stres yaşadınız mı?				
7- Günlük işleriniz aksadığında çok huzursuz olur musunuz?				
8- Size en yakın kişilerle olan ilişkilerinizin yoğunluğu konusunda endişelendiniz mi? Örneğin çok aşırı bağlı olmanızdan dolayı.				
9- İşiniz veya diğer düzenli ev dışı uğraşlarınız için evinizden ayrılmadan önce baş ağrısı, mide ağrısı ya da bulantı gibi(veya başka) belirtiler oldu mu?				
10- İnsanları yakınımda tutmak için çok fazla konuştuğunuzu fark ettiğiniz oldu mu?				
11- Size yakın kişilerden ayrıldığınızda (örneğin işe gitmek ya da evden dışarıya çıkmak için), özellikle onların nerede oldukları konusunda endişelendiniz mi?				
12- Gece tek başınıza uyumakta güçlük çeker misiniz? Örneğin bir yakınızdı evdeyse daha iyi uyur musunuz?				
13- Size yakın olan kişilerin seslerini işitebiliyor ya da televizyonun veya radyonun sesini duyuyorsanız daha kolay uyuduğunuzu fark ettiniz mi?				
14- Size yakın olan kişilerden uzak kaldığınızı düşündüğünüzde çok sıkıntı yaşadınız mı?				

	Çok Sıklıkla	Sıklıkla	Nadiren	Hiç
15- Evinizden uzakta olmayla ilgili kâbuslar ya da rüyalar gördünüz mü?				
16- Yakınlarınızın ciddi bir zarar görebileceği hakkında çok fazla endişelenir misiniz? Örneğin, bir trafik kazası geçirmeleri veya ölümcül bir hastalığa yakalanmaları gibi.				
17- Günlük olağan işlerinizi yaparken, size yakın olan kişilerle bağlantı kurmanızı engelleyecek değişimlerin olması sizi çok huzursuz eder mi?				
18- Önemseydiğiniz insanların sizi terk edeceği konusunda çok fazla endişelenir misiniz?				
19- Hiç, evde ya da yatak odasında ışıklar açıkken daha iyi uyuduğunuzu fark ettiğiniz mi?				
20- Özellikle size yakın kişiler evde değilse, evde tek başınıza kalmaktan kaçınmaya çalışır mısınız?				
21- Size yakın olanlardan ayrıldığınızı ya da onların sizi terk ettiğini düşündüğünüzde, aniden gelen sıkıntı nöbetleri ya da panik ataklarınız (örneğin, aniden titreme, terleme, çarpıntı, nefes darlığı gibi) oldu mu?				
22- Size yakın olan kişilerle düzenli olarak (örneğin her gün) telefon görüşmeleri yapmadığınızda sıkıntı yaşadığınızı fark ettiniz mi?				
23- Önemseydiğiniz birisi sizi terk ettiğinde, bu durumla başa çıkamayacağınızdan ya da onusuz yapamayacağınızdan korktunuz mu?				
24- Size yakın olan kişilerden ayrıldığınızda aniden gelen sıkıntı nöbetleri ya da panik ataklarınız (örneğin ani titreme, terleme, çarpıntı, nefes darlığı gibi) oldu mu?				
25-Sizi, yakın olduğunuz birilerinden ayırabilecek muhtemel olaylarla hakkında çok fazla endişelenir misiniz? Örneğin, işle ilgili gereklilikler gibi.				
26- Hiç, size yakın olan kişiler “çok fazla konuştuğunuzu” söylediler mi?				
27- Bazı insanlarla olan ilişkilerinizin, onlar için sorunlar oluşturacak kadar yakın olduğu konusunda endişelenir misiniz?				

Ek 4.

İlişki Ölçekleri Anketi

Asağıdaki maddeler romantik ilişkileriniz dahil olmak üzere yakın ilişkilerinizde(arkadaşlık, dostluk gibi) hissettiğiniz duygulara iliskindir. Sizden, genel olarak, yakın ilişkilerinizde yaşadıklarınızı dikkate alarak asağıdaki ifadeleri değerlendirmeniz istenmektedir. Asağıdaki maddeleri yakın iliski içinde olduğunuz kişileri düşünerek cevaplandırınız. Her maddenin ilişkinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını karşısındaki 7 aralıklı ölçek üzerinde gösteriniz.

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7

Beni hiç Beni kısmen Tamamıyla
tanımlamıyor tanımlıyor beni tanımlıyor

	1	2	3	4	5	6	7
1.Baskalarına kolaylıkla güvenemem.							
2.Kendimi bağımsız hissetmem benim için çok önemli.							
3.Baskalarıyla kolaylıkla duygusal yakınlık kurarım.							
4.Baskalarıyla çok yakınlaşırsam incitileceğimden korkuyorum.							
5.Baskalarıyla yakın duygusal ilişkileri olmadığı sürece oldukça rahatım.							
6.Baskalarıyla tam anlamıyla duygusal yakınlık istiyorum.							
7.Yalnız kalmaktan korkarım.							

8.Baskalarına rahatlıkla güvenip bağlanabilirim.							
9.Baskalarına tamamıyla güvenmekte zorlanırım.							
10.Baskalarının bana dayanıp bel bağlaması konusunda oldukça rahatımdır.							
11.Baskalarının bana, benim onlara verdiğim kadar değer vermediginden kaygılanırım.							
12.Kendi kendime yettigiimi hissetmem benim için çok önemli.							
13.Baskalarının bana bağlanmamalarııtercih ederim.							
14.Baskalarıyla yakın olmak beni rahatsız eder.							
15.Baskalarının bana, benim istedigim kadar yakınlaşmakta gönülsüz olduklarını düşünüyorum							
16.Baskalarına bağlanmamayı tercih ederim.							
17.Baskaları beni kabul etmeyecek diye korkarım.							
18. Başkalarıyla tam olarak kaynaşıp bütünleşme arzum bazen onları ürkütüp benden uzaklaştırıyor.							
19. Kendi kendime yettiğimi hissetmem benim için çok önemli.							
20. Birisi bana çok fazla yakınlaştığında rahatsızlık duyarım.							
21. Romantik ilişkide olduğum insanların benimle kalmak istemeyeceklerinden korkarım.							
22. Başkalarının bana bağlanmamalarıı tercih ederim.							
23. Terk edilmekten korkarım.							
24. Başkalarıyla yakın olmak beni rahatsız eder							
25. Başkalarının bana, benim istediğim kadar yakınlaşmakta gönülsüz olduklarını düşünüyorum.							
26. Başkalarına bağlanmamayı tercih ederim.							

27. İhtiyacım olduğunda insanları yanımda bulacağımı biliyorum.							
28. Başkaları beni kabul etmeyecek diye korkarım.							
29. Romantik ilişkide olduğum insanlar, genellikle onlarla, benim kendimi rahat hissettiğimden daha yakın olmamı isterler.							
30. Başkalarıyla yakınlaşmayı nispeten kolay bulurum.							

